

Anni Laukkonen Sini Pursiainen

Bella -tyttöryhmä

Itsetuntoa vahvistava ryhmä Espoon Tyttöjen Talolla

Metropolia Ammattikorkeakoulu

Sosionomi AMK

Sosiaalialan koulutusohjelma

Opinnäytetyö

11.4.2016

Tekijät Otsikko Sivumäärä Aika	Anni Laukkonen, Sini Pursiainen Bella -tyttöryhmä Itsetuntoa vahvistava ryhmä Espoon Tyttöjen Talolla 55 sivua + 3 liitettä 11.4.2016
Tutkinto	Sosionomi AMK
Koulutusohjelma	Sosiaalialan koulutusohjelma
Suuntautumisvaihtoehto	Sosionomi AMK
Ohjaajat	Yliopettaja Jyrki Konkka Tuntiopettaja Miia Ojala
<p>Monimuotoisen opinnäytetyömme tavoitteena oli järjestää itsetuntoa vahvistavaa tyttöryhmätoimintaa Espoon Tyttöjen talolla. Tyttöryhmätoiminnan suunnittelun pohjana käytimme Ruotsista lähtöisin olevaa Bella -ryhmätoimintamenetelmää, joka on alun perin kehitetty tyttöjen varhaisvaiheen päihderiippuvuuksien ennaltaehkäisyyn. Tarve tyttöryhmätoiminnan toteuttamiselle tuli Espoon Tyttöjen Talon yhteyshenkilön kautta. Yhteistyökumppanimme toi esille mahdollisuuden Bella -ryhmätoiminnan toteuttamisesta, sillä heillä oli ollut jo jonkin aikaa suunnitelmissa kyseiseen menetelmään perustuva tyttöryhmä. Näin ollen lähdimme toteuttamaan Bella -ryhmätoimintaa Espoon Tyttöjen Talolle.</p> <p>Opinnäytetyössämme arvioimme Bella -menetelmän soveltuvuutta sukupuoli- ja kulttuurisensitiivisen tyttöryhmätoiminnan pohjana. Työmme teoreettisina viitekehyksinä olivat sosiokulttuurinen innostaminen ja voimaantuminen. Ryhmätoimintamme koostui kuudesta tapaamiskerrasta, josta jokaisella kerralla oli oma teemansa. Käsiteltävät teemat valitsimme ryhmän osallistuvien tyttöjen kanssa yhdessä ryhmänohjaajan materiaaleista. Ryhmäkertojen rakenne oli jokaisella kerralla samanlainen. Ensin keskustelimme päivän teemasta, jonka jälkeen siirryimme toiminnallisiin harjoituksiin. Lopuksi olimme varanneet aikaa askarteluille sekä tyttöjen omien ajatusten refleктоimiselle vihkotyöskentelyn kautta.</p> <p>Arvioimme opinnäytetyömme tavoitteiden toteutumista havainnoimalla toimintakertoja, kirjoittamalla toimintapäiväkirjaa sekä pyytämällä osallistujilta kirjallista palautetta. Palautetta kerättiin kirjallisesti jokaisen toimintakerran jälkeen muistilapuilla sekä laajemmin koko ryhmätoiminnan osalta lomakekyselyllä viimeisellä kerralla. Osallistujilta saatu palaute oli positiivista ja havaintojemme perusteella tytöt kokivat ryhmän ilmapiirin turvalliseksi keskustella asioista. Osallistujat olivat innostuneesti mukana keskusteluissa ja toiminnallisissa harjoituksissa. Ryhmän ilmapiiri antoi mielestämme myös mahdollisuuden osallistujien voimaantumisen kokemukselle.</p> <p>Ryhmätoiminnasta saamiemme kokemusten mukaan Bella -menetelmä sopii toteutettavaksi erinomaisesti itsetuntoa tukevassa tyttöryhmätyössä, sillä menetelmän materiaali on monipuolisesti sovellettavissa erilaisten tyttöryhmien yksilöllisiin tarpeisiin itsetuntoa vahvistavana ja sitä voi hyödyntää käytettävissä olevien resurssien sekä ohjaajan osaamisen mukaisesti.</p>	
Avainsanat	sukupuolisensitiivisyys, kulttuurisensitiivisyys, voimaantuminen, sosiokulttuurinen innostaminen, itsetunto, tyttötyö

Authors Title Number of Pages Date	Anni Laukkonen, Sini Pursiainen Reinforcing Girls' Self-Esteem Empowerment through Group Activities Using the Bella Method 55 pages + 3 appendices 11 April 2016
Degree	Bachelor of Social Services
Degree Programme	Social Services
Specialisation option	Social Services
Instructors	Jyrki Konkka, Principal Lecturer Miia Ojala, Lecturer
<p>The goal of the thesis was to reinforce girls' self-esteem empowerment by organizing girl group activities in the Tyttöjen Talo (Girls' House) organization in Espoo. The girl group activities were based on the Swedish Bella group action activity method originally aiming at gender specific drug prevention at early state. The idea for the thesis came from the contact person of the Tyttöjen Talo (Girls' House) in Espoo because they had been planning for a similar girl group based on the same method.</p> <p>In our thesis we evaluated how applicable the Bella -method would be in the gender- and cultural sensitive girl group activities. Thus, sociocultural animation and empowerment served as the theoretical framework in our work. Group activities consisted of six meetings, which all had their own themes. We selected the themes together with the girls from the group leader's materials. Every meeting had a similar structure. First, we discussed the theme of the day and had theme-related activities. In addition, we had activities such as crafting and the girls had time for reflection by writing down their own thoughts.</p> <p>We evaluated the realization of the goals of our thesis by observing the group meetings, writing a group activities journal and asking the participants for a written feedback. The feedback was collected in a written form after every meeting and more specifically in the last group meeting by conducting a questionnaire. The girls' feedback was positive. Furthermore, based on our observations, they felt that the atmosphere in the group was secure to discuss the themes reliably. Hence, the good atmosphere enabled the experience of identity empowerment.</p> <p>On the basis of the experiences of the group, the Bella method is suitable and excellent to implement in the girl group activities empowering the self-esteem. Accordingly, the method material can be applied to different girl groups' individual needs as a self-esteem empowering tool and used according to the resources available and the knowledge of the group leader.</p>	
Keywords	gender sensitivity, cultural sensitivity, empowerment, sociocultural animation, self-esteem, girl group activities

Sisällys

1	Johdanto	1
2	Opinnäytetyön tausta	2
3	Tyttöjen Talot	3
3.1	Tyttöjen Talo ® -konsepti	3
3.2	Espoon Tyttöjen Talo	3
4	Bella -menetelmä	4
5	Nuoren itsetunto ja sen rakentuminen	5
5.1	Murrosikäisen itsetunto	5
5.2	Itsetunnon vahvistaminen ja itsetunnon peruskahdeksikko	6
6	Sukupuolen ja kulttuurin huomioiminen tyttötyössä	11
6.1	Sukupuolisensitiivinen nuorisotyö	12
6.2	Kulttuurisensitiivinen tyttötyö	13
6.3	Monikulttuurinen nuorisotyö	13
7	Sosiokulttuurinen innostaminen	15
7.1	Sosiokulttuurisen innostamisen käsitteen määrittely	15
7.2	Innostajan rooli ja tehtävät	16
7.3	Sosiokulttuurinen innostaminen Tyttöjen Taloilla ja Bella -ryhmässä	17
8	Voimaantuminen	18
8.1	Voimaantumisen määritelmiä	18
8.2	Voimaantumisen premissit	19
8.3	Sosiaalinen vahvistaminen	20
8.4	Voimaantuminen Bella -ryhmässä	20
9	Ryhmä ja sen merkitys nuoren elämässä	22
9.1	Turvallinen ryhmä	22
9.2	Ryhmän kehitysvaiheet	24
9.3	Ryhmänohjaajan merkitys	26
10	Kehittämistehtävä	27

11	Työn suunnittelu ja eettisyys	28
12	Toimintaympäristö	30
13	Toimintakertojen toteutus	32
13.1	Orientaatio	33
13.2	Elämä, kuolema ja uskomme	34
13.3	Pojat ja tytöt - oikeudenmukaista / epäoikeudenmukaista	36
13.4	Ystävyys	37
13.5	Häirintä ja loukkaukset	39
13.6	Rakkaus ja ihmissuhteet	41
13.7	Yhteenveto toimintakerroista	42
14	Arviointi	44
14.1	Arviointimenetelmät	44
14.2	Ryhmätoiminnan tavoitteiden arviointi	46
14.3	Saatu palaute osana arviointia	48
15	Pohdinta	50
	Lähteet	53
	Liitteet	
	Liite 1. Ilmoitus ryhmästä	
	Liite 2. Tiedote	
	Liite 3. Palautelomake	

1 Johdanto

Suureksi osaksi tyttöjen parissa tehtävän työn tarkoituksena on lisätä tyttöjen tietoisuutta omasta asemastaan (Lähteenmaa 2002: 273). Tyttöjen arjessa keskeisellä sijalla ovat usein koulun lisäksi erilaiset harrastukset. Vaikka harrastukset ovat hyödyllisiä ja tarjoavat nuorelle tekemisen lisäksi sosiaalisia suhteita, niissä ei usein kuitenkaan pysähdytä pohtimaan tunteita, elämäntapoja tai tulevaisuutta. Käytännölliset ja sosiaaliset elämäntaidot ovat monien muiden taitojen rinnalla yhtä tärkeitä, sillä niiden avulla nuoret voivat saada työkaluja avukseen selviytymään ristiriitailanteista kavereiden tai perheen kanssa. Erityisesti tyttöjen arjessa on monenlaisia haasteita, kuten median tuomat ristiriitaiset vaatimukset, huononmuuden tunne suhteessa poikiin sekä kielteinen näkemys omaan kehoon ja ulkonäköön. Tyttöjen itsearvostuksen vahvistaminen on siis ensiarvoisen tärkeää. (Tuomi-Mark 2015.)

Bella -tyttöryhmätoiminta on ruotsalainen toimintamalli, jota toteuttaa Suomessa Naistenkartano ry. Toiminnassa keskeisintä on tyttöjen osallisuus ja sosiaalinen vahvistaminen (Tuomi-Mark 2015). Bella -menetelmä on alun perin kehitetty vaihtoehtoiseksi tavaksi ehkäistä varhaisvaiheen päihderiippuvuuksia tyttöjen keskuudessa (Byréus 2012:2). Nykypäivän Bella -ryhmätoiminta on monipuolistunut esimerkiksi toiminnallisilla harjoituksilla, uusilla teemoilla sekä monikulttuurisuudella. Toiminnallisilla harjoituksilla pyritään selkiyttämään erilaisia mahdollisuuksia elämän hallintaan ja välttämään mahdollista joutumista huonon itsetunnon, ryhmäpaineen tai päihteiden uhreiksi. Bella -ryhmätoiminnan tarkoituksena on antaa tytöille mahdollisuus luoda itsestään myönteinen minäkuva eli vahvistaa itsetuntoa ja itseluottamusta tulevaisuutta ajatellen. (Byréus 2012: 8-9.)

Tässä opinnäytetyössämme toteutimme työelämäkumppanimme Espoon Tyttöjen Talon kanssa yläkouluikäisille tytöille Bella -tyttöryhmän, jonka tavoitteena oli tukea tyttöjen naiseksi kasvua voimaantumisen ja sosiokulttuurisen innostamisen keinoin. Toimme esille myös nuorten itsetunnon teoreettista viitekehystä, sekä keinoja nuoren itsetunnon tukemiseen. Ryhmätoiminnan aloittamiseksi osallistuimme Naistenkartano ry:n Bella Suomi -projektin järjestämään kaksiosaiseen ryhmänohjaajakoulutukseen. Ryhmätoimintamme koostui yhteensä kuudesta tapaamiskerrasta, joista jokaiselle kerralle ryhmäläiset olivat itse valinneet käsiteltävät teemat. Sovelsimme ohjauksessamme Bella -me-

netelmän valmiiksi määrittelemiä teemoja, joita oli yhteensä 12. Suunnittelimme etukäteen jokaiselle ryhmäkerralle tavoitteet, joiden tuloksia arvioimme päiväkirjamerkintöjemme sekä saamamme palautteen pohjalta.

2 Opinnäytetyön tausta

Ammattikorkeakoulun toiminnallisen opinnäytetyön lähtökohdiksi määritellään työelämä-lähtöisyys, käytännönläheisyys ja toteuttaminen tutkimuksellisella asenteella. Toiminnallisessa opinnäytetyössä on suositeltavaa löytää opinnäytetyölle toimeksiantaja, jotta opiskelijoilla olisi mahdollisuus käyttää osaamistaan laajemmin ja parantaa työmahdollisuuksia valmistumisen jälkeen. Toimeksiannettu opinnäytetyöaihe lisää opiskelijoiden vastuuntuntoa itse opinnäytetyöstä sekä antaa valmiuksia projektinhallintaan, joka näytätyy konkreettisesti toimimisena tietyillä toimintaehdoilla ja tavoitteilla, täsmällistä suunnitelman tekemistä, aikataulutettua toimintaa sekä tiimityötä. Työelämästä saatu opinnäytetyö aihe tukee myös ammatillista kasvua. (Vilkkä – Airaksinen 2003: 10, 16 - 17)

Ajatus opinnäytetyön toteuttamisesta Espoon Tyttöjen Talolla tuli ajankohtaiseksi toiminnanjohtajan kanssa käydyn keskustelun pohjalta. Olemme molemmat kiinnostuneita nuorista asiakasryhmänä ja työelämäyhteistyökumppanimme kautta työmme kohde-ryhmä tarkentui tyttötyön alueelle. Bella -ryhmätoiminnalle oli koettu tarvetta Espoon Tyttöjen Talolla jo aikaisemmin, mutta projektin toteutuksen kanssa oli ollut erinäisiä vaikeuksia. Meillä oli aikaisempaa yhteisesti toteutettua nuorten ohjauskokemusta samasta harjoittelupaikasta, joten opinnäytetyön toteuttaminen juuri toiminnallisena projektina oli meille luonnollinen valinta.

Opinnäytetyön suunnittelua aloittaessa halusimme ottaa huomioon sen, että työmme vastaa yhteistyökumppanimme tarpeita. Tämän vuoksi kävimme heti opinnäytetyöprosessin alkuvaiheessa keväällä 2015 tapaamassa Espoon Tyttöjen Talon toiminnanjohtajaa, joka kertoi meille toimipaikan tarpeista ja toisaalta käytettävissä olevista resursseista opinnäytetyön toteuttamiseen liittyen. Työelämäyhteistyökumppanimme toi jo tällä tapaamisella esille mahdollisuuden Bella -ryhmätoiminnan toteuttamiseen, jota pohdintojen myötä päädyimme lähteä työstämään syksyllä 2015 Espoon Tyttöjen Talolla.

3 Tyttöjen Talot

3.1 Tyttöjen Talo ® -konsepti

Tyttöjen Taloilla tehtävä työ on sukupuolisensitiivistä sosiaalista nuorisotyötä, jonka tavoitteena on tukea tyttöjä ja nuoria naisia kasvamaan voimaantuneiksi naisiksi. Tyttöjen Talot on tarkoitettu kaikille 12 - 28 -vuotiaille tytöille ja nuorille naisille sekä kaikille naiseksi itsensä tunteville. Taloilla tehdään settlementtityötä, jonka lähtökohdat perustuvat settlementtiarvoihin. Settlementtiarvoja ovat yksilön arvokas kohtaaminen, omien voimavarojen tukeminen, yhteisöllisyys ja erilaisuuden kunnioittaminen. Tyttöjen Talojen henkilökunta koostuu sosiaalialan ammattilaisista sekä vapaaehtoisista aikuisista naisista. (Suomen Settlementtiliitto n.d.c)

Tyttöjen Talot pyrkivät tavoittamaan toiminnallaan aikuisen tukea tarvitsevia tyttöjä ja tarjoamaan heille turvallisen yhteisön, jossa jokaisen on mahdollisuus olla oma itsensä ja viihtyä. Tilat on suunniteltu kodinomaisiksi ja tyttöyttä korostaviksi. Niiden ajatuksena viestiä tytöille, että he ovat tärkeitä ja erityisiä. Tyttöjen Taloilla on tarjolla runsaasti avointa toimintaa, jolla tarkoitetaan harrasteryhmiä sekä kahvilaa, joka on avoinna kaikille tytöille ja nuorille naisille. Avoimessa kahvilassa on mahdollista viettää aikaa turvallisesti, rennossa ilmapiirissä aikuisten läsnä ollessa. Avoimen toiminnan kautta pääsee myös halutessaan vuorovaikutteisiin tyttöryhmiin tai yksilötuen piiriin. (Suomen Settlementtiliitto n.d.d)

Vuorovaikutteiset tyttöryhmät perustuvat vertaistukeen ja yksilön voimaantumiseen. Tällaisia ryhmiä voidaan muodostaa esimerkiksi sosiaalisista ongelmista kärsiville, avioero-perheiden tytöille tai vanhempien päihde- ja mielenterveysongelmista kärsiville tytöille. Ryhmän toiminnalle asetetaan aina päämäärä ja sillä on jokin tietty yhteinen tavoite. Konseptiin kuuluvat myös Nuoret Äidit -toiminta, monikulttuurinen tyttötyö, Pop In -seksuaalineuvontavastaanotto sekä seksuaalinen väkivaltatyö. Tyttöjen Talo on Kalliolan Nuoret ry:n rekisteröimä tuotemerkki. (Suomen Settlementtiliitto n.d.c)

3.2 Espoon Tyttöjen Talo

Espoon Tyttöjen Talo on osa Kalliolan nuoret ry:n toimintaa ja sitä rahoittaa Espoon kaupunki. Tilat sijaitsevat Leppävaarassa Ruusutorpan koulun yhteydessä. Toiminta-ajatuksena on tarjota tytöille, nuorille naisille sekä itsensä tytöksi kokeville turvallinen, viihtyisä ja toiminnallinen paikka, jossa on mahdollisuus tulla kohdatuksi omana itsenään. Jokaisen tytön omanlaistaan kasvua naiseksi tuetaan ammattimaisesti vastaamalla nuorten elämäntilanteiden ja kasvuympäristön luomiin haasteisiin. Toiminnan lähtökohtana ovat yhteisöllisyys, vuorovaikutus, tasa-arvo ja naistietoinen työote. (Espoon Tyttöjen Talo n.d.)

Espoon Tyttöjen Talon toiminta on monipuolista ja pääasiallisesti maksutonta. Iltapäivään ja iltaan sijoittuva Avoin ilta on tyttöjen ja nuorten naisten yhteinen kohtaamishetki. Avoimessa illassa tyttöjen on mahdollisuus esimerkiksi keskustella työntekijöiden ja vapaaehtoisten kanssa, pelata lautapelejä tai askarrella. Erilaiset tyttöryhmät ja toiminnalliset ryhmät kokoontuvat noin kerran viikossa. Tyttöryhmät ovat luonteeltaan vuorovai-
kutteisia ja luottamuksellisia ryhmätapaamisia, jotka voivat pitää sisällään keskustelun lisäksi toiminnallisia menetelmiä. (Suomen Setlementtiliitto n.d.a.)

4 Bella -menetelmä

Bella -tyttöryhmätyö on alun perin ruotsalaisen KSAN:in (Kvinnoorganisationerarnas Samarbetsråd i Alkohol- och Narkotikafrågor) luoma malli. Menetelmä on tuotu Suomeen KSA:in ja Naistenkartano ry:n yhteistyössä ja sitä koordinoi Naistenkartano ry:n Bella Suomi -projekti. Bella Suomi -projekti vastaa Bella -ryhmänohjaajien koulutuksesta ja Bella -verkostojen ylläpitämisestä sekä tuottaa tyttötyöhön sopivaa materiaalia. Bella Suomi -projektin tarkoituksena on tehdä tyttöjen ja nuorten naisten tarpeet näkyviksi. (Naistenkartano ry 2015.)

Bella -ryhmätoiminta on tarkoitettu tavallisille tytöille heidän naisidentiteettinsä ja toimintakykynsä vahvistamiseksi sekä alun perin varhaisen vaiheen päihderiippuvuuksien ennaltaehkäisemiseksi. Ryhmätoimintamallina Bella edistää yksilöllistä osallisuutta ja keskittyy ongelmakeskeisyyden sijasta voimavaroihin. Bella -ryhmätoiminnan tarkoituksena on lähestyä tytöille haasteellisia asioita ja tilanteita harjoittelemalla päätöksentekoa ja toimintavalmiutta ennakoon. (Byréus 2012: 2.)

Ryhmätoiminnan selkärankana toimii Bella Säröä ja Kimallusta 2 -ryhmäohjaajamateriaali, joka sisältää erilaisia harjoitteita ja ideoita ryhmätoiminnan järjestämiseksi. Materiaalin tarkoituksena on antaa ohjaajalle tukea ja inspiraatiota tyttöryhmyöskentelyn ohjaamiseen antaen vapauden soveltaa ja muokata sisältöä ryhmän osallistujien todellisuutta vastaaviin tarpeisiin. (Byrèus 2012: 2.)

Bella -toiminnassa keskeistä on tyttöjen osallisuus ja sosiaalinen vahvistaminen (Tuomi-Mark 2014.) Sosiaalista vahvistamista tukevat Bella -menetelmän eri osa-alueet kuten toiminnalliset harjoitukset, joissa tytöt oppivat ilmaisemaan omia mielipiteitään turvallisessa ympäristössä. Tyttöjen rohkeus astua esiin ja tulla kuulluksi kasvaa, kun sitä on mahdollisuus harjoitella käytännössä. Bella -menetelmässä ehkäisevä työ on hyvin vahvasti esillä siten, että tytöt oppivat toimimaan niin, ettei heidän tarvitse tehdä ratkaisuja päihteillä tai liiallisella kiltteydellä. Jos jo nuoruudessa oppii muodostamaan ja kuuntelemaan omia mielipiteitään, on siitä hyötyä myös tulevaisuutta ajatellen. Bella -ryhmät ovat matalan kynnyksen toimintaa, sillä ryhmän ei ole tarkoitus olla hoivaa antava.

5 Nuoren itsetunto ja sen rakentuminen

Itsetunto on käsitteenä laaja ja sitä on myös tutkittu runsaasti. Tässä opinnäytetyössä kuvaamme itsetuntoon liittyvät perusperiaatteet, jotka ovat merkityksellisiä koko kasvun ja kehityksen ajan. Itsetunto on tärkeä osa ihmisen persoonallisuutta ja temperamenttia. Itsetunto ei ole syntymässä saatu valmis ominaisuus, vaan se muotoutuu elämän edetessä. Itsetunnon rakentaminen on ensiarvoisen tärkeää sen vuoksi, että toimiva itsetunto edistää kasvua tasapainoiseksi ihmiseksi. Oikein tuettuna jokaisesta lapsesta ja nuoresta voi kasvaa itseään arvostava sekä itseensä luottava ihminen. (Cacciatore - Kortenieniemi-Poikela - Huovinen 2008: 8-9.)

5.1 Murrosikäisen itsetunto

Yleisesti ajatellaan, että nuoren itsetunto on herkästi haavoittuva ja itsevarmuuden tunne vaihteleva. (Keltikangas - Järvinen 2000: 33-34). Murrosikäisen itsetunnossa on vaihtelevuutta erityisesti murrosiän alkuvaiheessa eli 12-14 -vuoden iässä. Tutkimusten mukaan kuitenkin niillä, joilla on lapsena hyvä itsetunto, on hyvä itsetunto läpi murrosiän. Itsetunto vakiintuu vähitellen vuosien mittaan, eikä ole olemassa mitään, mikä osoittaisi itseluot-

tamuksen laskevan juuri murrosiän aikana. Perusitsetunnon kuvaillaan kuitenkin muotoutuvan vasta murrosiässä sellaiseksi, että sitä voidaan mitata. Aikuinen ei välttämättä tunnista nuoren itsetunto-ongelmia, jolloin nuori ei saa apua ongelmiinsa ajoissa. Toisaalta mielialavaihtelut ovat nuorella iällä varsin normaali ilmiö, eikä nuoren huonon itsetunnon tunnistaminen ole välttämättä helppoa. Aikuisen tulisi kiinnittää huomiota siihen, ettei hän tartuta omaa huolestuneisuuttaan nuoreen, joka vielä testaa omaa itsevarmuuttaan ja tapojaan reagoida eri tunteisiin. Nuori saattaa helposti hyväksyä aikuisen tarjoaman ajatuksen siitä, että häneltä puuttuu itsevarmuutta, ja näin nuori alkaa käyttäytyä tämän olettamuksen mukaan. Mahdollisten ongelmien sijasta tulisi kiinnittää huomiota murrosikään sisältyviin uusiin mahdollisuuksiin ja kehittymisen monipuolisuuteen. Murrosikäinen nuori on vastaanottavainen ja altis vaikutuksille, pohtii itseään ja kokee todennäköisesti onnistumisen tunteen voimakkaasti. Vastaantulevien ongelmien sijasta olisi tärkeää puhua siitä, miten nuoria voitaisiin kannustaa ja rohkaista onnistumiseen sekä näin rakentaa heille parempaa itsetuntoa. (Keltikangas - Järvinen 2000: 33-34.)

5.2 Itsetunnon vahvistaminen ja itsetunnon peruskahdeksikko

Itsetuntoa voi ja sitä pitääkin vahvistaa. Erilaiset itsetuntomääritelmät ja käsitykset tekevät kuitenkin tehtävästä pulmallisen. Teoksessa Miten tuen lapsen ja nuoren itsetuntoa tuodaan esille itsetunnon peruskahdeksikko, joka auttaa tarkastelemaan itsetunnon käsitettä yksi osio kerrallaan. (Cacciatore - Korteniemi-Poikela - Huovinen 2008:148.) Tämä kahdeksasta osasta koostuva itsetuntomalli on käytännönläheinen ja kuvaa nuoren rakentuvan itsetunnon yksinkertaisesti ja selkeästi.

Varhaisemmassa kirjallisuudessa lapsen ja nuoren itsetunnon rakentuminen on nähty suppeampana käsityksenä. Teoksessa Lapsen minäkäsitys ja itsetunto tuodaan esille Michele Borbanin luoma itsetunnon malli, joka jakaa itsetunnon kolmeen alueeseen: fyysiseen, sosiaaliseen ja kognitiiviseen. (Aho 1996:56.) Ongelmana tässä jaossa on, että siitä on jätetty kokonaan huomiotta ihmisen emotionaalinen alue.

Itsetunnon vahvuus ja heikkous vaikuttavat oleellisesti ihmisen persoonallisuuteen. Jos jokin itsetunnon perusosista on häiriintynyt, tulisi erityisesti sitä osaa vahvistaa. Itsetunnon peruskahdeksikon osia ovat näkemys omasta merkityksestä, käsitys omasta kehosta, oman reviirin rajat, käsitys ympäristön turvallisuudesta, mielikuva sukupuoliroolista, käsitys seksuaalisuudesta, käsitys aggressiosta ja mielikuva omasta elämäнкаaresta. (Cacciatore ym. 2008:148.)

Näkemyks omasta merkityksestä tarkoittaa käsitystä, joka nuorella on omasta tärkeydestään esimerkiksi omalle perheelleen, ystävilleen ja muille yhteisöille (Cacciatore ym. 2008: 149,155). Ihmisellä on iästä riippumatta voimakas sisäinen tarve kuulua johonkin ryhmään sekä tulla läheiseksi jollekulle. Nuoruudessa alkaa yhä selvemmin oman identiteetin etsintä, ja nuori havaitsee miten erilaisia ihmiset keskenään ovat. Hänelle nousee huoli joukkoon kuulumisesta ja hyväksynnän tunteesta. Vertaisryhmässä hyväksytyksi tulemisen tunne ja joukossa vahvistuminen ovat tärkeitä kokemuksia nuoren elämässä. Omien taitojen, sekä arvojen etsiminen on jokaisen tehtävä itse. Ihanteellista olisi, jos taitojen sekä arvojen pohdinta tapahtuisi nuorelle turvallisessa ympäristössä. (2008: 155.)

Käsitys omasta kehosta eli kehoitsetunto rakentuu ihmisen kokemusten kautta. (Cacciatore ym. 2008: 174, 176, 185.) Pienelle lapselle sanat omasta vartalosta eivät merkitse juurikaan mitään, mutta varhaismurrosiässä sanojen merkitys korostuu. Juuri murrosiässä kaikki se, mitä muuttuvasta kehosta sanotaan ja miten siitä puhutaan, piirtyy hyvin tarkasti muistiin mahdollisesti koko elämän ajaksi. Lapsena oma keho on itsensäenselvyys ja juuri sopiva, niin kauan kun se ei vaivaa mitenkään. Kosketuksen merkitys kehoitsetunnossa on hyvin tärkeä. Nuoren elämässä kosketuksen ja läheisyyden kaipuu on yleensä suuri, mutta taitoja tai vaihtoehtoja kosketuksen saamiseen ei välttämättä ole. Nuoren kosketuksen tai hellyyden kaipuu saattaa olla niin kova, että hän on valmis tarvittaessa äärimmäisiin ratkaisuihin. Jos hellyydestä ja kosketuksesta on maksuna seksi, niin valitettavan usein nuori on valmis kokemaan mitä tahansa, kunhan vain saa kokea positiivista kosketusta. Teoksessa Miten tuen lapsen ja nuoren itsetuntoa, tuodaan esille aikuisen tehtävä läheisyyden tarjoajana. (2008:185 - 186.) Murrosikäisen koskettamista ei tarvitse kasvattajan välttää, nuorta voi koskettaa ja antaa halauksen. Tietenkin nuoren kieltoja, sekä hänen reviiriään on kunnioitettava, aikuisen tulisi ymmärtää milloin ei ole soveliaa koskettaa nuorta. Vaikka nuoren seksuaalisuus onkin juuri kehitysvaiheessa, se ei tarkoita että nuori ei ymmärtäisi seksuaalisen ja ei-seksuaalisen kosketuksen eroja. (2008: 186.)

Oikeus omaan kehoon ja reviiriin tarkoittaa nuoren mahdollisuutta yksityisyyteen. Pienen lapsen reviiri koskee lähinnä hänen omaa kehoaan, oma keho on oma reviiri. Nuoruusiän myötä lapsi kokee tarvitsevänsä mahdollisuuden itsenäisempään elämään, intimizeettiin ja yksityisyyteen. Tämä tarkoittaa käytännössä sitä, että nuori kokee tarvetta lukita suihkun ja vessan ovet asioidessaan siellä, sekä oman huoneen lukitseminen saattaa tuntua

turvalliselta ratkaisulta. Nuorella onkin tähän oikeus, aikuisen on hyvä kuitenkin keskustella nuoren kanssa mahdollisista hätätilanteista. Lähtökohtana on kuitenkin se, että nuoren yksityisyyttä kunnioitetaan ja hänelle annetaan mahdollisuus oman intimitetin suojaamiseen. Nuoren huoneeseen ei siis ole aiheellista rynnätä koputtamatta, ja näin loukata hänen yksityisyyden suojaansa. Nuorelle monenlaiset tunteet ja vartalon muutokset saattavat olla hämmäntäviä asioita, joita on vaikea jakaa aikuisen kanssa. Nuoren salaisuuksille tai ongelmille ei aikuisen pidä ainakaan naureskella, tai nuuskia niitä suotta. Aikuisen tehtävä on opettaa nuorta kunnioittamaan omaa sekä toisten yksityisyyttä, ja myös toimia itse opettamallaan tavalla. Näin nuoreen pystyy rakentamaan luottamusta. (Cacciatore ym. 2008: 196, 203.)

Käsitys ympäristön turvallisuudesta kertoo siitä, tunteeko nuori elin ja kasvuympäristönsä turvalliseksi. (Cacciatore ym. 2008: 212-214.) Suomi on rauhallinen maa elää, eikä lapsilla ja nuorilla ole tavallisesti syytä pelätä esimerkiksi sotaa tai aseiden läsnäoloa. Kuitenkin mikä tahansa median lähettämä uutinen onnettomuudesta, luonnonmullistuksesta tai väkivallasta voi saada nuoren ahdistumaan ja miettimään, onko kouluun turvallista mennä ja voiko ympärillä oleviin ihmisiin luottaa. Usein puhutaan siitä, että lapsia ja nuoria pitäisi kyetä suojaamaan paremmin medialta, joka tuo heidän eteensä mahdollisesti pelkoa ja ahdistusta aiheuttavia uutisia kuvineen. Nuori ei kuitenkaan voi välttyä ikävältä uutisoinnilta, vaikka aikuinen tätä toivoisikin. Aikuisen olisi hyvä käsitellä rankkoja, tai muuten nuoren mielestä ikäviä uutisia hänen kanssaan yhdessä. Vaikeneminen ei suojaa nuorta ikävältä uutisoinnilta, vaikka aikuinen näin saattaa kuvitella.

Seksuaalisen hyväksikäytön tai väkivallan kohteeksi joutuminen ovat asioita, joista nuoren on yleensä vaikea puhua. (Cacciatore ym. 2008: 218.) Jos nuori vaikenee häneen kohdistuneesta hyväksikäytöstä tai väkivallasta, rikosilmoitus jää tekemättä sekä tarvittavan tuen saaminen estyy. Tämän vuoksi nuoren kanssa kannattaa keskustella etukäteen seksuaalisesta hyväksikäytöstä ja mahdollisesta väkivallan uhasta, jolloin nuori saa tunteen että hän voi tulla kertomaan pelkäämättä silloinkin, jos uhkaavia tilanteita on ilmennyt. Lapsiuhritutkimuksen mukaan seksuaaliset kokemukset aikuisen kanssa ovat yleisempiä tytöille kuin pojille (Fagerlund - Peltola - Kääriäinen - Ellonen - Sariola 2013: 7-8). Jo tapahtuneessa väkivalta tai hyväksikäyttö tilanteessa, aikuisen tuki ja ohjaus nuorta kohtaan ovat hyvin tärkeitä elementtejä. Syyttelevä tai jossitteleva suhtautuminen tapahtuneeseen takaa sen, että nuori jatkossa vaikenee häpeällisistä tai vaikeista asioista. (Cacciatore ym. 2008: 218.)

Mielikuva sukupuoliroolista tarkoittaa käsitystä, joka nuorella on omasta sukupuolestaan, vallitsevista sukupuolirooleista sekä tasa-arvoa koskevista asioista. (Cacciatore ym. 2008: 221.) Tärkeimmän mallin miehenä ja naisena olemisesta lapsi saa omilta vanhemmiltaan, sekä muilta läheisiltä aikuisilta. Lapsi tarkkailee, miten aikuiset suhtautuvat omaan sukupuoleensa ja vastakkaiseen sukupuoleen. Mainosten, televisiosarjojen ja muiden medioiden roolimallit antavat usein vääristyneitä mielikuvia naisista ja miehistä. Median tarjoamista sukupuolimalleista ja sankarihahmoista kannattaa keskustella lapsen ja nuoren kanssa, verrata muokattuja naisvartaloita tavalliseen naisen vartaloon ja supermiehen lihaksikasta vartaloa tavallisen miehen vartaloon. Näin lapsi saa omalle pohdinnalleen erilaisia näkökulmia, ja käsittää median antamat vaikutteet stereotyyppiksi sukupuolirooleiksi. Aikuisen välittämä tyytyväisyys omaan sukupuoleensa välittyy suoraan lapselle ja nuorelle. Jos äiti jatkuvasti tuskailee naiseuttaan, arvostelee naisen asemaa ja naiselle langetettua työtaakkaa, ei lapselle välity naisena olemisesta kovin positiivista kuvaa. Sama pätee miehenä olemiseen. Aikuisen kannattaa siis olla mallina lapselle ja nuorelle, olla tyytyväinen itseensä, sekä samalla näyttää kunnioitus vastakkaista sukupuolta kohtaan. Sukupuolisidonnainen yhteiskunnallinen keskustelu vaikuttaa erityisesti nuoruudessa, kun nuori pohtii asemaansa naisena tai miehenä. (Cacciatore 2008: 222 - 226.)

Käsitys seksuaalisuudesta on ihmisen sisäinen, luonnollinen ja aina olemassa oleva ominaisuus. (Cacciatore ym. 2008: 226 - 227.) Lapsi oppii ja omaksuu perheensä tavan osoittaa hellyyttä ja läheisyyttä, tarkkailemalla vanhempien ja sisarusten kohtaamisia keskenään. Jos perheessä ei ole tapana koskettaa, halata tai osoittaa helliä tunteita, ei lapsi pysty kokemaan kosketusta tai huomion saantia muutoin kuin tekemällä jotain rangaistavaa. Läheisyyteen ja hellyyteen tottumaton lapsi saattaa kohdata ongelmia myöhemmällä iällä esimerkiksi parisuhteessa.

Seksuaalisuuden käsite sisältää kolme kerrosta: järki, tunne ja biologia. Kehityksen myötä nuori opettelee hallitsemaan ja säätelemään tunteiden heittelyä ja biologisia tarpeitaan. Biologinen tarve olla lähellä ja nauttia kosketuksesta on eläimillä ja ihmisillä yhteinen. Oman seksuaalisuuden viehättävyyden kokeileminen on yleistä erityisesti nuoruudessa. Tiedotusvälineiden erilaiset muuttuvat trendit kuten vähäpukeisten kuvien julkaisu netissä, saattavat kertoa nuorten halusta hakea vahvistusta seksuaaliselle itsetunnonleen. Keho muuttuu nopeasti erityisesti murrosiässä, olisikin siten erityisen tärkeää nuoren kannalta että aikuinen keskustelisi etukäteen siitä, millaisia muutoksia kehityk-

sellisesti tulee tapahtumaan. Aikuisen vastuulla on myös keskustella nuoren kanssa turvallisuudesta. Nuoren tulee olla tietoinen miten päästä pois tilanteista, joissa hän tuntee oman turvallisuutensa olevan uhattuna. Nuorelle tulee myös tehdä selväksi, että treffit suuren nettirakkauden kanssa tulee tehdä yleisellä paikalla, eikä seurustelusuhteeseen kuulu toisen painostaminen tai pakottaminen mihinkään. (Cacciatore ym. 2008: 233-235.)

Käsitys aggressiosta tarkoittaa nuoren tunteiden kuohumisen voimakkuutta, toistuvuutta sekä osin myös temperamenttia. (Cacciatore ym. 2008: 235-238.) Tietyt ikävaiheet kuten tyypillisesti murrosikä ja uhmaikä, tuovat omat haasteensa nuoren sekä myös aikuisen elämään. Etääntyminen omista vanhemmista tapahtuu yleensä varhaisnuoruudessa, juuri silloin kun uusi maailma on avautumassa. Kaikki mikä on entistä, tavallista ja turvallista muuttuukin nuoren mielestä turhaksi. Nuori saattaa tuntea levottomuutta jonka alkuperää hänen voi olla vaikea tunnistaa, joten vanhempien huolestuneisuus tai nuoren asioiden uteleminen saattavat purkautua vihan tunteena vanhempia kohtaan. Kehitys johtaa pikkuhiljaa nuoren omaan pohdintaan selviytymiskeinoista ilman vanhempien jatkuva läsnäoloa, sekä omista kyvyistään selviytyä omillaan. Itsenäistymiskehitykseen kuuluu oleellisesti nuoren ja aikuisen eriytyminen, joka saattaa kuitenkin tuntua vanhemmasta ikävältä. Nuori kuitenkin tarvitsee tuon etäisyyden vanhemmistaan, jotta hän voi rakentaa omaa identiteettiään tulevaan aikuisuuteen. Suuttuminen ja haastavien tunteiden hallinnan opettelu on luonnollinen osa ihmisen kehitystä, joten nuoren vihanpurkaukset saattavat joskus olla hallitsemattomiakin. Aikuisen tulisi pysyä jossakin määrin ulkopuolisena nuoren kehityskriisin mahdollisesta vihan kuohunnasta, ja näyttää mallia ettei joka asiasta ole tarpeen hermostua. Aikuisen ei kannata lähteä mukaan nuoren uhmaan tai aggressiiviseen käytökseen, vaan valita suunnakseen jämäkkyys ja asiallisuus. Aikuinen voi tarvittaessa tarjota vaikeiden tunteiden hallintaan väkivallattomia vaihtoehtoja, jota kutsutaan suuttumuksen hallinnan kasvatukseksi. Suuttumuksen hallinnan kasvatusta on tunteiden nimeämistä, hallitsemista sekä neuvottelutaitojen harjoittamista. Se on myös uskon herättämistä siihen, että lopulta kaikki sujuu ja onnistuu. (Cacciatore ym. 2008: 235 - 238.)

Mielikuva omasta elämänkaaresta tarkoittaa nuoren käsitystä omasta lapsuudestaan, nykyisestä elämäntilanteesta sekä tulevaisuudesta. (Cacciatore ym. 2008: 245-264.) Jokainen lapsi ja nuori haluaa ja on innostunut kuulemaan tarinoita menneisyydestään, sekä miksi hän on syntynyt tähän maailmaan. Nuoren tietoisuus omasta menneisyydes-

tään, sekä omista juuristaan on tärkeä osa itsetunnon rakentumista. Viimeistään murrosiässä nuori alkaa pohtia onko hänen olemassa olollaan jokin tärkeä merkitys, tai onko tämän päivän teoilla merkitystä seuraavan päivän tapahtumiin. Arjen haaveiden ja pettymysten vastapainoksi nuori tarvitsee toiveita ja unelmia tulevaisuuden varalle, jotka vetävät häntä kohti aikuisuutta. Aikuisen tehtävä on tukea nuoren unelmia sekä kannustaa häntä hyvään tulevaisuuteen. Kaikilla ei kuitenkaan ole haaveita eikä suunnitelmaa tulevaisuuden varalle. Tämä on tyypillistä nuorilla jotka ovat valmiita ottamaan vakavia riskejä, sekä tuntevat välinpitämättömyyttä elämäänsä kohtaan. Irmeli Järventien Inequal Childhood - tutkimuksen mukaan monilla suomalaisilla lapsilla on pirstaleinen, haavoittuva sekä heikko identiteetti. Suomessa on eniten lapsia suhteessa ruotsiin ja norjaan, jotka tuntevat identiteettinsä kielteiseksi. Tutkimukset kertovat myös suomalaisten arjen olevan kiireisempää kuin muissa Pohjoismaissa. Aikuisen ei kuulu lytätä nuoren uhmaa ja aggressiota, vaan niiden suuntaa kannattaa ohjata rakentavasti. Aikuinen ei ole kaveri nuorelle, mutta hän voi olla silti ymmärtäväinen, kuunnella nuorta sekä osoittaa hyväksyvänsä hänet sellaisena kuin hän on. Aikuistuva nuori kaipaa tulla kohdelluksi kuten aikuinen, ja hänen itsetuntoaan tukee aikuisen luottamus sekä vastuun jakaminen. (Cacciatore ym. 2008: 245 - 264.) Nuoreen luottaminen merkitsee kuitenkin sitä, että nuori kykenee ja haluaa hoitaa asioita itsenäisesti, sekä oma aloitteisesti myös silloin kun vanhemmat eivät ole häntä valvomassa (Kempainen 2000: 147).

Bella -ryhmässä itsetunnon vahvistaminen tuli esille arvojen selkiyttämisharjoituksilla, jotka toimivat eräänlaisina keskustelun aloittajina sekä arvojen työstäjinä. Asenteiden ja arvojen työstämisen lisäksi Bella -menetelmä kohentaa osallistujien itseluottamusta, mikäli ryhmäläisten mielipiteitä ja ajatuksia kuunnellaan ja kunnioitetaan. Arvojen selkiyttämisharjoituksissa osallistujat saivat mahdollisuuden pohtia ja ottaa kantaa, ilmaista mielipiteitään, perustella kantojaan, tulla kuulluiksi ja kuunnella muita, keskustella asenteista ja työstää niitä. Mielestämme loimme puitteet itsetunnon vahvistamiselle Bella -tyttöryhmämenetelmällä.

6 Sukupuolen ja kulttuurin huomioiminen tyttötyössä

Tyttöjen Taloilla tehdään tyttöjen ja nuorten naisten tarpeista nousevaa on sukupuoli- ja kulttuurisensitiivistä tyttötyötä. Koska tyttöryhmämme toimintaympäristönä on Espoon Tyttöjen Talo, on ryhmässämme sukupuolisensitiivisyys ja kulttuurisensitiivisyys keskeisesti läsnä. Ryhmäämme osallistuvat tytöt edustivat eri kulttuuritaustoja, joten ryhmässämme tuli esille myös monikulttuurisuus ja siten monikulttuurinen työote.

6.1 Sukupuolisensitiivinen nuorisotyö

Sukupuolisensitiivisyydellä tarkoitetaan nuorisotyössä herkkyyttä huomioida sukupuolten vaikutuksia nuorten elämässä (Helsingin Tyttöjen Talo n.d.b). Sukupuolisensitiivisyyteen kuuluu olennaisesti tietoisuus sukupolveen ja sukupuoleen liittyvistä eroista. Sukupuolisensitiivisellä nuorisotyössä lähtökohtana tyttöjen ja poikien erityistarpeiden ja ongelmien tunnistaminen heidän voimaantumiseksi, syrjäytymisen ehkäisemiseksi sekä elämänhallinnan ja osallisuuden tukemiseksi. Tavoitteena on tyttöjen ja poikien emotionaalisen, sosiaalisen ja kulttuurisen pääoman vahvistaminen. (Näre 2002: 542.)

Sukupuolisensitiivinen nuorisotyö on sosiaalisesti vahvistavaa ja sen tavoitteena on tarjota nuorelle mahdollisuuksia ja keinoja itseään arvostavaan kasvamiseen. Tällöin kyse on sosiaalisia ongelmia ehkäisevästä nuorisotyöstä. Sukupuolisensitiivisessä työssä tarkoituksena on erilaisuuden tunnistaminen asettamatta eroja arvojärjestykseen. (Näre 2002: 543.)

Sukupuolisensitiivisessä työotteessa nuorta tuetaan löytämään omannäköinen naiseutensa tai miehisyytensä erilaisten mallien ja vaihtoehtojen joukosta. Tyttöjen Taloilla korostetaan, että ei ole olemassa yhtä ”oikeanlaista” naiseutta tai miehisyyttä (Eischer - Tuppurainen 2011: 15). Sukupuolisensitiivistä työtettä voidaankin kuvailla eräänlaiseksi vastapuheeksi, jossa pyritään tunnistamaan ja kyseenalaistamaan erilaisia yksilön mahdollisuuksia kaventavia toimintatapoja sekä rohkaisemaan yksilöä löytämään omanlaisensa tapa ilmaista sukupuoltaan. (Suomen Setlementtiliitto n.d.c)

Sukupuolisensitiivisen nuorisotyön ryhmiä voivat olla esimerkiksi tyttö- ja poikaryhmät, joissa tyttöjen on mahdollista oppia ottamaan itselleen tilaa, saada aikuisen huomiota ja tukea sekä tarvittaessa ohjausta erilaisten palvelujen äärelle esimerkiksi sukupuoleen tai seksuaalisuuteen liittyvissä kysymyksissä. Parhaimmassa tapauksessa eriytyneet ryhmät kannustavat tyttöjä poikia tutkimaan, kokeilemaan ja miettimään asioita, joita he eivät ehkä kehtaisi tai rohkenisi tehdä sekaryhmissä. Sukupuolitietoisesti voidaan toimia myös sekaryhmissä, sillä tärkeintä on se, kuinka ohjaaja jakaa huomiotaan ja aikaansa tytöille ja pojille ja millaisia tiloja tytöt ja pojat saavat itsensä toteuttamiseen. (Punnonen 2008: 533.)

6.2 Kulttuurisensitiivinen tyttötyö

Kulttuurisensitiivisellä työllä tarkoitetaan herkkyyttä ottaa huomioon eri kulttuurien erityispiirteitä, ja sitä miten ne ilmenevät tyttöjen elämässä (Helsingin Tyttöjen Talo n.d.a). Käytännön tyttötyössä tämä tarkoittaa, että tytöt eivät ole yhtenäinen ryhmä, ja että kulttuuri pitää sisällään etnisyyden lisäksi paljon muutakin. Kulttuurilla tarkoitetaan ennemminkin erilaisia olemisen tapoja, joita määrittävät esimerkiksi nuorisokulttuurit, erilaiset elämäntavat, seksuaalinen suuntautuminen tai yhteiskunnallinen osallistuminen. Näillä erilaisilla kulttuureilla voi olla erittäin merkittävä rooli tyttöjen identiteetin muodostumisessa. (Tyttötyön kansio 2012: 10.)

Kulttuurisensitiivisessä tyttötyössä keskeistä on kulttuurien välinen vuoropuhelu. Siinä halutaan auttaa monikulttuurisia tyttöjä selvittämään itselleen, millaisen suhteen he haluavat ottaa keskenään jännitteissä oleviin kulttuureihin. Tämä voi tarkoittaa esimerkiksi sitä, miten he haluavat elää suhteessa vanhempiensa kulttuuriin ja suhteessa kasvaansa uuteen kulttuuriin. Nuoren kohdalla se tarkoittaa pohdintaa, kuinka sovittaa eri kulttuurien tarjoamat vaihtoehdot ja vaatimukset suhteessa omaan elämäänsä. (Näre 2002: 544.)

Kulttuurisensitiiviseen työotteeseen kuuluu olennaisena osana myös työntekijän oman kulttuurin arvojen ja normien tunnistaminen sekä niiden reflektointi. Työote edellyttääkin työntekijältä oman ajattelun, sukupuolirooleihin ja muiden kulttuurien edustajiin liittyvien käsitysten tiedostamista. Työntekijän on myös tärkeää tarkastella kriittisesti omaa toimintaansa ohjaavia stereotypioita. (Helsingin Tyttöjen Talo n.d.a.)

6.3 Monikulttuurinen nuorisotyö

Monikulttuurisen nuorisotyön tavoitteena on avoimen suomalaisen yhteiskunnan rakentaminen, jossa erilaisten kulttuurien olemassaolo hyödynnetään eikä koeta uhaksi. Kaikille nuorille pyritään turvaamaan tasa-arvoinen asema nuorisotoiminnassa. Monikulttuurisessa nuorisotoiminnassa ei hyväksytä syrjintää eikä rasismia. Monikulttuurinen

nuorisotyö toteuttaa työtään kaikkia kulttuureja ja ihmisiä koskevan ymmärryksen lisäämiseksi. Aktiivinen eri kulttuuritaustaisten nuorten kohtaamisen edistäminen on yksi osa monikulttuurisen nuorisotyö tavoitteita. (Cantell 2000: 98 - 99.)

Monikulttuurinen nuorisotyö on yhteiskunnan arvoja tukevaa työtä ja toteuttaa seuraavia tehtäviä: roolimallina olo, osallistumisen edistäminen, ongelmanratkaisutaitojen kertyminen, tietoisuuden herättäminen ja kriittinen vaikuttaminen. Roolimallina olo tarkoittaa käytännössä nuorisotyön ohjaajan toimimista nuorten roolimallina. Hän välittää tietynlaisia arvoja ja malleja, jotka välittyvät puheen lisäksi tekoina. Myös uusien tilanteiden kohtaaminen ja ratkaisukeskeisyys ovat avainasemassa. (Cantell 2000: 101.)

Osallistumisen edistäminen tarkoittaa osallistavaa ja aktiivista toimintaa tulevaisuuden vaikuttamiseen. Monikulttuurisella nuorisotyöllä ja toiminnalla vaikutetaan ratkaisevasti siihen, ketkä ovat mukana ja millaisella mielellä. Nuorten osallistumisen ja osallisuuden edistäminen on nuorisotoiminnan keskeinen tavoite. Ongelmanratkaisutaitojen kertyminen tarkoittaa nuorten ongelmien ratkaisumalleja ja käytäntöjä, jotka nousevat suoraan yhteiskuntamme arvoista ja käytännöistä. Nuorisotoiminta tarjoaa ajan ja paikan, jossa kohdataan ongelmia ja opitaan niiden ratkaisemisen taitoja käytännössä. (Cantell 2000: 101-102.)

Tietoisuuden herättäminen tarkoittaa nuorisotoiminnan ohjaajalle yhteiskunnallisten vaikutusten tunnistamista, syrjinnän ja huonon kohtelun huomaamista ja niiden vastustamista. Nuorelle yhteiskunnallisen ulottuvuuden huomioiminen voi merkitä oman arjen ja elämänpiirin tarkastelua, omien valintojen tunnistamista sekä arvioimista. Nuori saattaa havainnoida miten ikä, sukupuoli, koulutus tai muu tausta vaikuttavat yksilöiden kohteluun. Teemallisesti tietoisuuden herättäminen merkitsee erityisesti tasa - arvoisuuden ja suvaitsevaisuuden teemojen huomioonottamista. (Cantell 2000: 102.)

Kriittinen vaikuttaminen nuorisotyössä tarkoittaa yhtäältä sopeuttavaa, mutta toisaalta myös omaa toimintaa muuttavaa ja uuteen tähtäävää matkaa tuntemattomaan. Toimiminen muutoksen vauhdittajana saattaa olla nuorisotoiminnalle ristiriitainen asia, sillä nuorisotoiminta käsitetään yleisesti kasvatukselliseksi toiminnaksi, jolla on vahva yhteisön normeihin sopeuttava vaikutus. (Cantell 2000: 102.)

Veronika Honkasalo toteaa teoksessaan *Tyttöjen kesken* (2011: 94) harvinaiseksi sen, että samassa tyttöryhmässä on sekä monikulttuurisista taustoista tulevia, että suomalaistaustaisia tyttöjä. Monikulttuuriset ryhmät ovat usein juuri maahanmuuttajataustaisten tyttöjen ryhmiä. Honkasalon mukaan kulttuurienvälistä ystävystymistä olisi tärkeää tukea enemmän (Honkasalo 2011: 95). Bella -ryhmämme tyttöryhmä muodostui sattumalta pienestä koostaan huolimatta hyvin monikulttuuriseksi niin, että ryhmässä oli etniseltä ja kulttuuriselta taustaltaan erilaisia tyttöjä. Kulttuurisensitiivisyys näkyi ryhmässämme konkreettisesti siten, että kaikilla ryhmäläisillä oli mahdollisuus osallistua Bella -toimintaan omasta kulttuuristaan käsin. Mikään kulttuuri ei siis ollut ryhmässämme valtaamassa alaa, vaan kaikilla oli mahdollisuus osallistua toimintaan omasta kulttuuristaan käsin ja tuoda siihen omasta kulttuuristaan vivahteita.

7 Sosiokulttuurinen innostaminen

Opinnäytetyömme teoreettisena viitekehyksenä on sosiokulttuurinen innostaminen, joka on perusteiltaan kasvatuksellista toimintaa. (Kurki 2000: 14, 41.) Opinnäytetyömme sisältää myös yhteyksiä kulttuuriseen demokratiaan, osallisuuteen ja luovuuteen, jotka ovat sosiokulttuurisen innostamisen periaatteita. Tästä syystä sosiokulttuurinen innostaminen soveltuu hyvin nuorten ryhmätoiminnan teoreettiseksi viitekehykseksi.

7.1 Sosiokulttuurisen innostamisen käsitteen määrittely

Leena Kurjen mukaan innostaminen on kasvatuksellinen toimintamuoto yhteiskunnan parantamiseksi. (Kurki 2000:14.) Sosiokulttuurisen innostamisen avulla pyritään kulttuurisen tasa-arvoisuuden saavuttamiseen. Innostamisen tavoitteena on luoda kasvattava, solidaarisuuden arvot tiedostava yhteiskunta ihmisen oman osallistumisen avulla. Sosiokulttuurisella innostamisella on siis pyrkimys parantaa ihmisten elämänlaatua.

Kurki kuvailee sosiokulttuurista innostamista prosessiksi, joissa ihmiset kasvavat aktiivisiksi toimijoiksi yhteisöissään. (Kurki 2000:20.) Pyrkimyksenä on saattaa ihmiset tietoisiksi omasta roolistaan yhteisössään, yhteiskunnassa ja maailmassa sekä luoda mahdollisuuksia ihmisten väliselle vuorovaikutukselle. Näin ihmiset huomaavat, miten heidän toimintansa omassa arjessaan ja ympäristössään liittyy laajempaan yhteisölliseen ja yhteiskunnalliseen toimintaan.

Sosiokulttuurinen innostaminen on sosiaalipedagogista toimintaa, ja sopii sen vuoksi erityisen hyvin nuorten kasvun tukemiseen. (Kurki 2010: 204 - 205.) Kasvatus ei tällöin ole vain jotakin jota "kaadetaan" nuoreen ihmiseen, vaan se on aitoa toimintaa, jonka tavoitteena on yhteiskunnan laadullinen muuttaminen. Lyhyesti määriteltynä sosiokulttuurinen innostaminen on pedagoginen liike, jonka tavoite on saada ihmiset osallistumaan oman elämänsä aktiiviseen ja tiedostavaan rakentamiseen. Sosiokulttuurisen innostamisen rakenteissa on mukana aina kolme ulottuvuutta: pedagoginen, sosiaalinen ja kulttuurinen. (Kurki 2010: 206 - 207.) Nuorisokasvatuksessa nämä kaikki ulottuvuudet nivoutuvat yhteen välttämättömiksi elementeiksi. Se, miten ymmärrämme kulttuurin määrittää osaltaan omaa toimintaamme nuorison kasvattajana.

7.2 Innostajan rooli ja tehtävät

Sosiokulttuurisessa innostamisessa innostajalla on tärkeä tehtävä: innostaa ei voi ellei itse ole innostunut (Kurki 2000: 80). Innostajan ammatin ydin on vahva ihmisläheisyys perustuen ihmisten välisiin suhteisiin. Tavoitteena ihmisläheisessä työssä on vahvistaa yhteisön kulttuurisia arvoja. Innostajan ammatti on Euroopassa vasta kehittymässä, joten ammattiin vaadittavasta koulutuksesta sekä ammattitaidosta on olemassa erilaisia käsityksiä. Aikaisemmin innostajaksi kouluttautuminen tapahtui kurssien ja seminaarien avulla, ja oletuksena oli että persoonallinen kyky toimia ihmisten kanssa oli tärkeämpää kuin ammatillinen koulutus. Nykyään monilla innostajilla on jokin akateeminen aikaisempi tutkinto ammattinsa pohjana. Innostamisen perustasolla innostajat työskentelevät esimerkiksi monipuolisessa nuorisotyössä, vanhustyössä sekä erilaisissa projekteissa. Innostamisen työkenttä on kolmitasoinen, joka käsittää jo mainitsemamme perustason, teknisen tason ja vastuullisen innostamisen suunnittelun tason. (Kurki 2000: 80-81.)

Seuraava taso innostajan työn perustasosta on tekninen eli tieteellinen taso, jossa innostajat työskentelevät esimerkiksi nuorisotalojen johtajina. Tämän kaltaiseen innostajan ammattiin vaaditaan poikkeuksetta vahva ammatillinen osaaminen sekä vähintään ammattikorkeakoulututkinto. Kolmas taso innostajan työssä on vastuullisen innostamisen suunnittelu, joka tarkoittaa käytännössä esimerkiksi tutkijan työtä, johon vaadittava koulutustaso on alempi yliopistotason koulutus. (Kurki 2000: 81-82.) Kaiken innostamisen peruslähtökohtana voidaan kuitenkin pitää innostajan henkilökohtaista asennetta työhönsä.

Innostamisella ei ole olemassa varsinaisesti omia menetelmiä, vaan menetelmät haetaan eri tieteiden piiristä. Kaikki sellaiset toimintatavat ovat sopivia, joiden avulla nuoret saadaan vuorovaikutukseen toistensa kanssa. Menetelmien ja todellisuuden tulee vastata toisiaan siten, että liikkeelle lähdetään siltä tietoisuuden tasolta, jolla nuoret ovat. Innostamista ei ole mahdollista siirtää itsessään valmiina mallina yhteisöstä toiseen, sillä jokainen yhteisö on ainutlaatuinen ja tarvitsee omat, juuri sen yhteisön tulkinnasta lähtevät toiminnan sovelluksensa. Sosiokulttuurinen innostaminen on parhaimmillaan aikuisten ja nuorten yhteistä toimintaa, joka tähtää muutokseen ja lähtee niistä ongelmista, joita nuoret itse elämässään kokevat ja tuntevat. (Kurki 2010: 210 - 211.)

Innostamiseksi ei voida sanoa mitä tahansa toimintaa, joka sisältää osallistuvaa sosiaalista aktiviteettia, sillä innostaminen perustuu aina suunniteltuun, reflektoituun ja päämäärätietoiseen toimintaan. (Kurki 2010: 212.) Sosiokulttuurinen innostaminen on toimintaa, joka tähtää yhteisön ja yhteiskunnan muuttamiseen inhimillisempään ja parempaan suuntaan. Aina kun päästään kulloinkin asetettuun tavoitteeseen, sen voi samalla nähdä uudeksi lähtökohdaksi uudelle toiminnalle. Sosiokulttuurinen innostaminen nuorten parissa tarkoittaa siis nuorten herkistämistä sekä johdattamista yhteen. Tavoitteena olisi saada sellaisia kokemuksia, että nuoret niiden vahvistamina uskaltavat vähitellen ilmaista itseään yhä paremmin. Samalla vahvistetaan yhteisöön kuulumisen tunteita, jotka saavat nuoret toimimaan yhdessä yhteisten tavoitteiden saavuttamiseksi. (Kurki 2010: 214.)

7.3 Sosiokulttuurinen innostaminen Tyttöjen Taloilla ja Bella -ryhmässä

Tyttöjen Taloilla tehtävässä työssä näkyy vahvasti sosiokulttuurinen innostaminen. Toiminnassa keskeisessä asemassa ovat ryhmäidentiteetti sekä ryhmään kuulumisen vahvistaminen ja sen tukeminen. Lähtökohtana toiminnassa on aidon yhteisön rakentuminen, jossa tytöt sitoutuvat toimintaan ja kokevat sen itselleen merkitykselliseksi ja tärkeäksi. Ryhmätoiminnan tavoitteena on ryhmien toimiminen itsenäisesti niin, että ohjaajan roolina on toimia innostajana sekä päävastuun kantajana. (Tyttötyön kansio 2010: 11).

Sosiokulttuurisen innostamisen periaatteiden mukaisesti toteutetussa toiminnassa tyillä on mahdollisuus oppia vuorovaikutustaitoja, toisten mielipiteiden kunnioittamista sekä itsearvostusta. On kuitenkin tärkeää muistaa, että aikuisen tehtävänä on viime kädessä kantaa vastuu prosessin kulusta. (Tyttötyön kansio 2010:11).

Bella -ryhmätoiminnassa innostaminen tulee esille erilaisilla tavoilla. Käytämme ryhmän kanssa työskentelyyn osallistavia menetelmiä, kuten erilaisia leikkejä, keskustelua ja piirtämistä. Ryhmäläiset saivat itse luoda säännöt eli toimintaohjeet ryhmäkerroille, joita he sitoutuivat myös noudattamaan. Lisäksi jokainen ryhmäläinen sai oman Bella -vihon, jonka he saivat koristella itse mielensä mukaan. Nivala ja Saastamoinen tuovat teoksesaan Nuorisokasvatuksen teoria (2010: 212) esille innostamisen prosessin aloituksen alkavan nuorten aloitteellisuuden ja vastuullisuuden herättelemisellä.

8 Voimaantuminen

Opinnäytetyössämme toisena keskeisenä teoreettisena viitekehyksenä on voimaantuminen. Voimaantumisen käsite on alun perin lähtöisin englanninkielisestä termistä empowerment, jolle ei ole vakiintunutta vastinetta suomen kielessä. Kontekstista riippuen se käännetään valtaistumiseksi tai valtaistamiseksi, voimavaraistumiseksi, voimaantumiseksi tai toimintavoiman lisääntymiseksi. Usein käytetään myös pelkästään alkupeleistä englanninkielistä termiä. (Kuronen 2004: 277.) Tässä opinnäytetyössämme käytämme empowermentista käännoä voimaantuminen. Käsittelemme voimaantumisen käsitettä myös sosiaalisen vahvistamisen viitekehyksen pohjalta.

8.1 Voimaantumisen määritelmiä

Voimaantumisen käsitteelle on olemassa useita määritelmiä. Siitosen voimaantumisteorian mukaan voimaantuminen on henkilökohtainen ja sosiaalinen prosessi, jossa voimaa ei voi antaa toiselle. (Siitonen 1999:117.) Voimaantumisen prosessi lähtee ihmisestä itsestään sekä on vahvasti sidoksissa ihmisen omaan haluun ja päämäärään. Yksilön itseä ja omia mahdollisuuksia koskevat uskomukset rakentuvat sosiaalisessa kanssakäymisessä. Voimaantumiseen vaikuttavat myös keskeisesti toisten ihmisten kanssa käytävä dialogi, sosiaaliset rakenteet sekä olosuhteet. Voimaantunut ihminen on löytänyt omat voimavaransa, määrää itse itsestään sekä on ulkoisesta pakosta vapaa. Siitosen mukaan voimaantuneen ihmisen ominaisuuksista on erittäin vaikeaa laatia määritelmää, jota voitaisiin käyttää perustana ihmisen voimaantumisen mittaamisessa tai arvioimisessa, sillä voimaantuminen ilmenee yksilöllisesti eri ihmisissä eri tavalla.

Marjo Kuronen kuvailee voimaantumista prosessiksi, jossa ihmiset voivat parantaa elämänsä hallintaa ja kontrollia (Kuronen 2004: 278-279). Tässäkin määrittelyssä korostetaan yhtäältä henkilön omaa halua ja aktiivisuutta määritellä omat tavoitteensa ja pyrkiä myksensä, jotta mahdollisuus oman elämän hallintaan ja kontrolliin saavutetaan.

Räsänen (2006: 102) puolestaan määrittelee voimaantumisen ihminen-ympäristösuhteesta nousevaksi persoonalliseksi, sosiaalseksi ja henkiseksi prosessiksi. Tähän prosessiin sisältyvät sisäinen voiman tunne vapaasti valitusta ja vapaasti toteutetusta tiedosta oman kehityksen haltuunotosta, päämäärän asettamisesta ja uskosta sen saavuttamiseen. Kokemus voimaantumisesta syntyy valtaistumisesta ja osallistumisesta inhimillisen historiankulun ja arjen tapahtumiin, joissa yksilö on osana. Räsäsen mukaan voimaantuminen on ”ihmisen oma ään” eli reaktio inhimillisen todellisuuden olosuhteisiin.

8.2 Voimaantumisen premissit

Siitosen (1999: 161-165) mukaan voimaantuminen koostuu viidestä premissistä eli lähtökohdasta, jotka muodostavat yhdessä teorian ihmisen voimaantumisesta. Ensimmäisen premissin mukaan voimaantuminen on henkilökohtainen ja sosiaalinen prosessi, jossa voimaa ei voi antaa toiselle. Toinen premissi toteaa voimaantumisen ihmisestä itsestään lähteväksi prosessiksi, jota jäsentävät päämäärät, kykyuskomukset, kontekstiuskomukset ja emootiot sekä näiden sisäiset suhteet. Kolmas premissi kuvailee voimaantumisen vaikuttavan katalyytin tavoin sitoutumisprosessiin, jolloin vahva katalyytti (empowerment) johtaa vahvaan sitoutumiseen ja heikko katalyytti (disempowerment) johtaa heikkoon sitoutumiseen. Neljännessä premississä voimaantumisen kerrotaan olevan yhteydessä ihmisen hyvinvointiin ja viides premissi toteaa, että voimaantuneisuus ei ole pysyvä tila.

Teoksessa Voimaantumisen mahdollistaminen ja ratkaisut, tuodaan esille voimaantumisen elementit, jotka ovat vapaus, vastuu, arvostus, luottamus, ympäristö ja sen ilmapiiri sekä myönteisyys. Nämä elementit ovat kytköksissä toisiinsa ja ovat merkityssuhteissa keskenään. Ihanteellisessa tilanteessa kaikki voimaantumisen elementit tukevat voimavarojen kasvua. (Räsänen 2006: 79.)

Voimaantuminen on tavoiteltava tila, siksi, että se vaikuttaa myönteisesti yksilöiden, yhteisöjen ja jopa koko yhteiskunnan hyvinvointiin. Yksilön voimaantumisesta voi tarkastella

sen mukaan, kuinka hän uskaltaa asettaa itselleen tavoitteita ja sitoutua niiden saavuttamiseen myös kohdatessaan vastoinikäymiä. (Räsänen 2014: 8.)

8.3 Sosiaalinen vahvistaminen

Humanistisen ammattikorkeakoulun julkaisussa voimaantuminen tuodaan esille sosiaalisena vahvistamisena. (Lundbom - Herranen toim. 2011: 5-6.) Nuorisolain 2. pykälän kolmannessa momentissa todetaan, että sosiaalisella vahvistamisella tarkoitetaan nuorille suunnattuja toimenpiteitä elämäntaitojen parantamiseksi ja syrjäytymisen ehkäisemiseksi. Kyseisen lain näkökulmasta sosiaalinen vahvistaminen tarkoittaa kokonaisvaltaista tukemista, jonka tavoitteena on henkilön hyvinvoinnin lisääminen ja edistäminen. Sosiaalisessa vahvistamisessa yksilö- ja yhteisötaso kulkevat yhdessä siten, että hyvinvoiva henkilö haluaa ja jaksaa olla erilaisten yhteisöjen jäsen ja yhteisöt osaltaan voivat lisätä henkilön hyvinvointia. Sosiaalisessa vahvistamisessa ei tarvitse olla kysymys kovin mittavista toimenpiteistä vaan enemmänkin siitä, että tukea on tarjolla oikealla hetkellä. (Räsänen 2011: 5 - 6.)

8.4 Voimaantuminen Bella -ryhmässä

Voimaantumista voi tyttötyössä määritellä yksilön sisäiseksi prosessiksi, joka vapauttaa tämän omia voimavaroja ja luovuutta sekä lisää itsetuntoa. Kuten jo aikaisemmin mainitsimme, voimaantumista ei voi määritellä ulkoapäin eli toista ihmistä ei voi voimauttaa. Voimaantumista on kuitenkin mahdollista toiminnallaan tukea ja siihen voi antaa virikkeitä sekä mahdollisuuksia. (Tyttötyön kansio 2010: 15.)

Voimaantumisprosessia on mahdollista edistää tukemalla sitä. Siitosen (1999: 63) mukaan vuorovaikutustilanteet, joissa korostuvat avoimuus, valinnanvapaus, yhdenvertaisuus sekä luottamus edistävät voimaantumisen kokemusta. Ilmapiirin turvallisuus, ennakoluulottomuus sekä kannustaminen ja tukeminen ovat myös läheisessä yhteydessä voimaantumisen kokemukseen. Voimaantumista tukevat yksilön kokemat myönteiset asiat kuten arvostuksen, kunnioituksen ja hyväksytyksi tuleminen tunteet, jotka kannustavat yksilöä toimimaan tavoitteidensa mukaisesti. Voimaantumisen kokemukseen on siis mahdollista vaikuttaa luomalla sille suotuisat olosuhteet. Voimaantumisen vahvistuksessa myös osallistuminen lisääntyy. Yhteistoimintaan osallistuminen puolestaan luo lisää uusia tilaisuuksia voimaantumisen arvioimiselle ja kehittämiselle. Jokaisella yksilöllä

on mahdollisuus kehittää samalla omaa voimaansa. Avoimen dialogin avulla luotu ja tasa-arvoisuutta tukeva ympäristö on edellytys itseohjautuvalla voimaantumisprosessille. (Siitonen 1999: 75-76.)

Bella -tyttöryhmätoiminnan materiaalissa tuodaan esiin ryhmien alkuperäinen perustamistarkoitus, jossa oli vahvasti esillä ehkäisevän nuorisotyön näkökulma. Humanistisen ammattikorkeakoulun sosiaalisen vahvistamisen julkaisun mukaan sosiaalinen vahvistaminen tarkoittaa, että nuorten elämänhallinnan tukemisessa on vahva ehkäisevän työn näkökulma. (Lundbom - Herranen (toim.) 2011: 128.) Sosiaalisella vahvistamisella tarkoitetaan varhaista tukea ja toimenpiteitä, jotka kohdistuvat erityistä tukea tarvitseviin nuoriin, nuorten ryhmiin sekä riskitilanteisiin ja -alueisiin. Sosiaalinen vahvistaminen ei ole ikäsidonnaista. Se ei koske vain lapsia ja nuoria, mutta tässä opinnäytetyössä käsittelemme nimenomaan nuorten parissa tehtävää sosiaalista vahvistamista. (Lundbom ym. 2011: 16).

Bella -ryhmässä voimaantumisen tukeminen tuli esille lähinnä siten, että ryhmään osallistuvat tytöt saavat työkaluja omaan elämäänsä vaikuttamiseen. Puhumme tässä yhteydessä siis henkisestä voimaantumisesta. Heidän on mahdollista tuntee, että elämä on heidän omissa käsissään, eikä ulkopuolisten asioiden tai materian armoilla. Oleellista on havainnoida ja tuntee, miltä juuri nyt minusta tuntuu. Ryhmän ohjaajina pyrimme antamaan tytöille työkaluja mahdollisimman itsenäiseen päätöksentekoon, osallisuuteen ja hyvään elämään. Varsinainen tavoitetila oli sosiaalinen vahvistuminen, joka on kokemuksena subjektiivinen ja voimaannuttava. Tavoite oli siis yhteinen. Pyrimme yhdessä tiettyyn tavoitteeseen, joten toimintamme voidaan määritellä yhteisölliseksi, yhteisvastuulliseksi sekä tasa-arvoiseksi. Konkreettisina voimaantumisen keinoina käytimme Bella -tyttöryhmässä esimerkiksi sääntöjen yhteistä laatimista, monipuolisia toiminnallisia harjoituksia, askartelua ja käsillä tekemistä sekä omien tunteiden pohdintaa. Tytöt saivat mahdollisuuden tulla kuulluiksi ja nähdyiksi sekä saivat tuoda omia ideoitaan ryhmätoimintaan. Erilaisten toiminnallisten harjoitusten avulla pystyimme pohtimaan kevyellä tasolla teemoja. Esimerkiksi harjoitusten avulla pystyimme konkreettisesti kuvittelemaan erilaisia elämässä mahdollisesti vastaan tulevia haastavia tilanteita ja pohtimaan niihin erilaisia ratkaisuja sekä toimintamalleja. Ohjaajina emme siis antaneet valmiita vastauksia, vaan tytöt saivat itse pohtia, kuinka he mahdollisesti voisivat toimia kyseisissä tilanteissa.

9 Ryhmä ja sen merkitys nuoren elämässä

9.1 Turvallinen ryhmä

Kaikilla ihmisillä on perustarve kuulua johonkin sekä tulla hyväksytyksi omana itsenään. Nuorella ihmisellä tämä tarve on erityisen voimakas, sillä nuorena kokemukset hyväksytyksi tulemisesta ja kaverisuhteista ovat hyvin tärkeitä. Nuoret kokevat ryhmän ilmapiirin ja turvallisuuden syntyvän osittain eri asioista kuin aikuiset. Nuoren hyvinvoinnin ja osallisuuden kannalta on tärkeää, että hän kokee oman ryhmänsä turvallisena ja hyvänä paikkana olla. Toimiva ryhmä on aidon osallisuuden edellytys, sillä vain hyväntahtoisessa, turvallisessa ryhmässä kaikki uskaltavat tuoda näkemyksensä esille. Ryhmän turvallisuuden luominen pohjautuu toisten ryhmäläisten tuntemiseen eli dialogiin. On siis hyvin tärkeää tutustuttaa ryhmäläiset toisiinsa heti alussa, mikäli he eivät tunne toisiaan. Ryhmän mahdollistama kokemus osallistumisesta auttaa kehittämään itsetuntemusta sekä lisää nuoren yleistä toimintakykyä. Toimintakyvyn laajentuminen antaa osaltaan tilaa persoonallisuuden kehittymiselle. (Mannerheimin Lastensuojeluliitto 2012: 7.)

Suomen Setlementtiliitto ry:n julkaiseman Tyttötyön kansion mukaan vuorovaikutteiset tyttöryhmät ovat tyttöjen kasvun kannalta tärkeitä ryhmiä, joissa heitä tuetaan oman identiteetin vahvistamiseen ja voimaantumiseen. On tärkeää, että jokainen tyttö tulee nähdyksi, kohdatuksi ja kuulluksi myös yksilönä, juuri sellaisena kuin hän on. Tyttötyön kansion mukaan tyttöryhmä on paikka, jossa uskaltaa tuntea sekä myös antaa mahdollisuuden oppia tunnistamaan tunteita itsessään. Ryhmissä tyttöjä kannustetaan omaehtoiseen toimintaan ja oman elämänsä vaikuttamiseen. Tyttöryhmien tarkoituksena on, että jokainen voi pohtia itselleen sopivaa tapaa olla tyttö sekä oman elämän kannalta merkityksellisiä teemoja. (Tyttötyön kansio 2012: 30-32.)

Tyttökulttuurin nähdään muotoutuvan tyttöjen keskinäisessä toiminnassa, kuten esimerkiksi ratsastustalleilla tai Tyttöjen Taloilla. Näin tyttökulttuurien voidaankin sanoa olevan eräänlaisia tyttöjen omia tiloja. Tyttöjen tilat luovat tytöille mahdollisuuksia toisenlaiseen yhdessäoloon, kuin vaikka sekaryhmissä toimiminen. Näistä tiloista muodostuukin usein tyttöjen sosiaalisia linnakkeita. (Ojanen - Mulari - Aaltonen: 2011: 135.)

Oleellisinta tyttötyössä on, että työskentely lähtee tyttöjen tarpeista ja on näin ollen tytölähtöistä. (Tyttötyön kansio 2012: 31-32.) Tarkoituksena on tuoda tytöt yhteiseen tilaan, jossa he voivat keskustella vapaasti teemoista, joiden ympärille ryhmä on rakennettu. Tavoitteena on, että he voisivat kokea vertaisuutta ja yhteisöllisyyttä ja saada perspektiiviä omaan elämäänsä toisilta ikäisiltään nuorilta. Monet tytöt kokevat itsensä yksinäisiksi, ja erityisesti heille tunne ryhmään kuulumisesta on todella tärkeää. Vuorovaikutteiset tyttöryhmät eroavat harrasteryhmistä lähinnä siten, että vuorovaikutteinen tyttöryhmä tähtää vuorovaikutukseen, voimaantumiseen, vertaistukeen ja ryhmän omien tavoitteiden saavuttamiseen. Myös toiminnallisia menetelmiä käytetään vuorovaikutteisissa tyttöryhmissä, mutta niiden tarkoitus on toimia vuorovaikutuksen tukena.

Ryhmätoiminnot voivat olla luonteeltaan avoimia tai suljettuja ryhmiä. (Kivelä - Lempinen 2010: 32.) Avoimeen ryhmään voi tulla kuka tahansa ryhmätoiminnasta kiinnostunut ja ryhmä voi olla toimintansa aikana täydentyvä, jolloin osallistujat vaihtelevat mielenkiinnon tai oman elämäntilanteen mukaan. Tässä opinnäytetyössä käsittelemme kuitenkin nimenomaan suljettua ryhmää. Suljetun ryhmän kanssa on mahdollista tehdä tavoitteellista ja kohdennettua työtä, eikä ryhmään voi osallistua kuka tahansa nuori. Suljetun ryhmän täydentäminen uusilla nuorilla on aina harkinnanvaraista ja tulee kyseeseen vain ryhmän alkuvaiheessa. Ryhmät voivat olla joko sukupuolen mukaan jaoteltuja tai seka-ryhmiä. Se toteutetaanko ryhmä poika-, tyttö- vai sekaryhmänä, määräytyy ensisijaisesti ryhmän ja sen tavoitteiden mukaisesti. (Kivelä - Lempinen 2010: 32.)

Ryhmäläisten ikäjakaumaa ei kannata jättää kovin suureksi, sillä meneillään olevat kehitysvaiheet, elämäkokemukset sekä valmiudet ryhmätoimintaan vaihtelevat suuresti. Selkeät erot toimintakyvyssä, osaamisessa ja fyysisessä suorituksessa voivat osaltaan aiheuttaa riippuvuutta, vallankäyttöä tai hyväksikäyttöä. Ikäjakauma kannattaa useimmiten asettaa 2-3 vuoden mittaiseksi. (Kivelä ym. 2010: 32.) Tämän opinnäytetyön tyttöryhmässä tytöt olivat iältään 13-14 -vuotiaita, joten ikäjakauma oli hyvin pieni. Näin ryhmäläiset olivat keskenään henkisesti sekä fyysisesti hyvin tasavertaisia.

Ryhmätoiminnan ajallinen kesto voi vaihdella muutamasta kerrasta kuukausiin ja niin ikään useisiin vuosiin. (Kivelä ym. 2010: 32.) Tapaamisten kesto ja laajuus vaihtelevat myös suuresti. Ryhmän tapaamiskerta voi olla kestoaltaan pari tuntia tai lyhyempi, mutta se voi hyvin kestää vaikka aamusta iltaan. Tapaamistaajuus eli tapaamisten väli vaihtelee useasta kerrasta viikossa muutama kertaan kuukaudessa. Tämän opinnäytetyön

tyttöryhmässä toiminnan ajallinen kesto oli kaksi tuntia ja tapaamistaajuus kerran viikossa kuuden viikon ajan. Riippumatta ryhmän rakenteesta ja kestosta, on nuoren turvallisuuden kokemisen kannalta olennaista, että hän on tietoinen ryhmän rakenteesta ja siinä käsiteltävistä aiheista mahdollisimman varhaisessa vaiheessa. Tietoisuus antaa nuorelle mahdollisuuden olla päättämässä ryhmän toiminnasta ja lisää hänen sitoutumistaan siihen. (Kivelä ym. 2010: 32.)

Ryhmän kokoa suunniteltaessa tulisi pitää mielessä ryhmäläisten erityispiirteet sekä suuryhmän mahdolliset ongelmat. Suuressa ryhmässä yksilön huomioiminen ja esiintulo on vaikeampaa kuin pienryhmässä. Pienessä ryhmässä ohjaajalla on hyvät mahdollisuudet kohdata jokainen ryhmäläinen yksilönä sekä huomioida hänen erityistarpeensa. Ryhmän suositeltava koko on 2 - 8 nuorta. Tätä suurempi ryhmäkoko vähentää olennaiselta osaltaan työntekijän mahdollisuuksia yksilölliseen nuoren huomioimiseen. Myös ryhmän jokaisella jäsenellä tulisi olla mahdollisuus vuorovaikutukseen kaikkien muiden ryhmäläisten kanssa, mikä onnistuu paremmin pienemmässä ryhmässä. (Kivelä ym. 2010: 33.)

9.2 Ryhmän kehitysvaiheet

Ryhmät käyvät toimintansa aikana läpi tyypillisesti eri vaiheita, joskin kunkin ryhmän kehittyminen on prosessi ja siten ainutlaatuinen. Ryhmän kehitys ei käytännössä tapahdu mallien mukaisesti tasaisena siirtymisenä vaiheesta toiseen, vaan prosessit ovat monimuotoisia ja näyttäytyvät eri tavoin eri tarkastelijoille. Ryhmä muotoutuu aina uudestaan, kun ryhmän koostumus eli ryhmäläisten määrä muuttuu. Tämä koskee uusien ryhmäläisten ryhmääntuloa, vanhojen lähtöä sekä myös ohjaajan vaihdosta. (Kivela ym. 2010: 33 - 34.)

Tyttötyön kansion mukaan erilaisia ryhmän kehitysvaiheita on hyvä tunnistaa toisistaan (Tyttötyön kansio 2010: 33 - 34.) Ryhmän kehitysvaiheista on olemassa erilaisia versioita riippuen käytetystä lähteestä. Arki hallintaan teoksessa (Kivelä - Lempinen 2010: 33-35) ryhmän kehitysvaiheiksi on mainittu ryhmän muotoutumisen vaihe, kuohunnan ja vastustuksen vaihe, yhteisyyden ja normien luomisen vaihe, työskentelyn ja tavoitteiden toteuttamisen vaihe sekä lopettamisen vaihe. Tässä opinnäytetyössä kuvailemme kuitenkin erityisesti tyttötyössä esiin tulleita ryhmäytymisen muotoja.

Toiminnan aluksi on tärkeää tehdä huolellinen suunnitelma ryhmästä. Suunnitelmassa tulee miettiä, kenelle ryhmä on suunniteltu, minkälaisia harjoituksia voidaan toteuttaa ja onko ryhmä avoin vai suljettu. Lisäksi tulee ottaa huomioon tilan suhteen mahdolliset rajoitteet. Viimeistään suunnitteluvaiheessa tulee pohtia, millaisia tapoja ryhmän jäsenien rekrytointiin käytetään. Kun ryhmä on saatu kokoon sekä paikalle, alkaa ryhmäläisten tutustuminen toisiinsa. Tutustumiseen on hyvä varata riittävästi aikaa, sillä ryhmäläiset eivät todennäköisesti tunne toisiaan entuudestaan. Tässä vaiheessa helpot ryhmäytymisharjoitukset sekä ohjaajien avaamat keskustelut ovat hyviä työskentelytapoja. Tärkeintä on, että kaikki ryhmäläiset huomioidaan ja kaikki pääsevät mukaan keskusteluun. (Tyttötyön kansio 2010: 33 - 34.)

Yhteisten pelisääntöjen luominen rakentaa ryhmäläisille luottamusta ryhmää kohtaan. Yhdessä voidaan sopia esimerkiksi siitä, että paikalle tullaan ajoissa ja ryhmässä puhutuista asioista ei kerrota eteenpäin. Ryhmän turvallisuutta koskevat seikat nousevat esiin yleensä ryhmäläisiltä itseltään. Kullakin osallistujalla on oikeus ja mahdollisuus sanoa, mitä asioita hän ei halua käsitellä ryhmässä. Näitä toiveita muiden ryhmäläisten ja ohjaajien tulee kunnioittaa. Ryhmäläisten luottamus alkaa rakentua jo ensimmäisestä kerasta lähtien kun he tapaavat ohjaajat. Aidolla kunnioittamisella ja rehellisellä kohtaamisella on suuri merkitys. Kohtaamisessa nuori voi kokea, että ohjaaja näkee hänessä olevan hyvän, jota ei kukaan ole välttämättä aikaisemmin nähnyt. (Tyttötyön kansio 2010: 33 - 34.)

Tekemisen vaiheessa ryhmäläiset alkavat osallistua rohkeasti ryhmän toimintaan, eikä ohjaajien rohkaisu ole enää välttämättä tarpeellista. Joskus ohjaajat voivat jopa hieman vetäytyä johtajan paikalta ja antaa ryhmäläisten toiminnalle enemmän tilaa. Tekemisen vaihetta saattaa seurata kapinointivaihe, joka tarkoittaa, että ryhmäläiset kyseenalaistavat ohjaajia ja mahdollisesti kapinoivat heitä vastaan. Tämä voi tapahtua missä ryhmän vaiheessa tahansa, mutta yhdistetään yleensä ryhmän keski- tai loppuvaiheeseen. Ryhmäläisten kesken saattaa tulla riitoja tai erimielisyyksiä, mutta ristiriidat voivat jopa tehdä ryhmästä vahvemman. Joskus saattaa käydä myös niin, että joku ryhmäläinen jääkin pois ryhmästä kesken kaiken. Tämä saattaa olla muille ryhmäläisille iso menetys. Ohjaajan kannattaa keskustelun avulla auttaa ryhmäläisiä käsittelemään asiaa ja rohkaista heitä keskustelemaan omista tuntemuksista. (Tyttötyön kansio 2010: 33 - 34.)

Ohjaajien kannattaa valmistella ryhmän lopetusta hyvissä ajoin ennen viimeistä ryhmäkertaa, sillä ryhmän lopetus on aina oma prosessinsa. Ryhmän on tärkeää tietää alusta

pitäen, kuinka pitkä kesto ryhmälle on alkujaan suunniteltu. Ohjaajat voivat esimerkiksi muistuttaa neljännellä ja viidennellä kerralla, että kuudes kerta on ryhmän viimeinen tapaaminen. Ryhmän lopetus saattaa aiheuttaa ryhmäläisissä paljon erilaisia tunteita. Saattaa käydä jopa niin, että joku ryhmäläisistä jättää tulematta viimeiselle kerralle ja ratkaisee sillä tavoin epämiellyttävältä tuntuvaan tilanteeseen. Tästä johtuen on tärkeä puhua ryhmän lopetukseen liittyvistä asioista ajoissa, jotta ryhmän päätyminen voi olla turvallinen ja luonnollinen tapahtuma. On hyvä miettiä myös yhdessä, mistä jatkossa saa mahdollisesti tukea ja apua, mikäli siihen tulee tarvetta. (Tyttötyön kansio 2010: 33 - 34.)

9.3 Ryhmänohjaajan merkitys

Turvallisen ryhmän rakentamiseen edellyttää vahvaa ohjausta. Kuten jo aiemmin todettiin, turvallisuuden luominen pohjautuu toisten ryhmäläisten tuntemiseen. Ryhmäläisten keskinäinen tutustuminen on siis hyvin tärkeä vaihe, jota ei saa unohtaa. Ryhmänohjaajan merkitys korostuu erityisesti tutustumisen vaiheessa, sillä ohjaaja vaikuttaa paljon ryhmän ilmapiiriin ja nuorten välisten vuorovaikutussuhteiden muodostumiseen. Ryhmänohjaaja muodostaa nuorten ryhmään kuulumisen tunteen kannustamalla myönteiseen vuorovaikutukseen, tunteiden ilmaisuun, toisten huomioonottamiseen ja kunnioittamiseen. (Mannerheimin Lastensuojeluliitto 2012: 7 - 8.)

Turvallisen ryhmän luomiseen tulisi käyttää paljon aikaa. Ryhmäyttämistä ei voi kuitata yhdellä tai muutamalla erillisellä ryhmäyttämistoiminnalla, vaan ryhmän toimintaa tulee tukea koko ajan. Kaikenlaiset muutokset ryhmän sisällä vaikuttavat automaattisesti ryhmän toimintaan, joten rakentumisen kannalta on erityisen tärkeää, että ryhmän jäsenet pysyvät samoina. Tästä syystä ohjaajan on tuettava jatkuvasti ryhmän rakentumista ja siksi ohjaajan merkitystä ei voi tarpeeksi korostaa. Ei ole kuitenkaan olemassa tiettyä kaavaa, jota ryhmänohjaajan tulisi toteuttaa, vaan jokaisen on rakennettava roolinsa ohjaajana oman persoonallisen tapansa sekä ryhmän erityispiirteiden mukaan. Joillekin nuorille toisiin tutustuminen ja omien tunteiden esiintuominen on helppoa, mutta monet heistä kuitenkin tarvitsevat tukea kontaktin ottamiseen. (Mannerheimin Lastensuojeluliitto 2012: 7 – 8.)

Tyttötyön kansion (2010: 36) mukaan ohjaajia olisi hyvä olla kaksi, jolloin ryhmätoimintaa voidaan suunnitella yhdessä ja reflektoida ammatillisesti. Näin mahdollistetaan myös jokaisen tytön yksilöllinen kohtaaminen. Yksilöllinen kohtaaminen antaa ryhmäläisille käsityksen siitä, että heistä välitetään ja heidän kehitymisestään työstä naiseksi ollaan

kiinnostuneita. Ohjaajien läsnäolo ja kunnioittava käytös toisiaan kohtaan vaikuttavat merkittävästi ryhmän ilmapiiriin ja tunnetilaan. Ohjaajat luovat turvallisen tilan, jossa tytöt voivat tarkastella omia tuntemuksiaan. Jos ohjaajat eivät pysty vastaanottamaan tunteita, vaan kieltävät ne tai eivät tunnista niitä, eivät tytötkään halua niistä puhua.

Ohjaajien tulee antaa jokaisella tytölle mahdollisuus tulla nähdyksi ja kuulluksi. Tätä kuuluksi tulemisen mahdollisuutta on hyvä käyttää esimerkiksi alku- ja loppukierroksella, joiden aikana jokainen saa huomion pelkästään itselleen sekä saa päättää itse, mitä asioita kertoo ja mitä jättää kertomatta. Ohjaajilla tulisi myös olla valmiudet työskennellä itsensä kanssa ja kyseenalaistaa vanhoja ajatusmallejaan. On tärkeää uskaltaa arvioida ja reflektoida omaa työskentelyään ja sitä kautta kehittää omaa työtään ja ammatillisuuttaan. Omassa rauhallisessa ohjaajan roolissaan kannattaa pitäytyä silloinkin, jos ryhmässä tapahtuu jotakin odottamatonta, sillä tytöt tukeutuvat kriisin aikana todennäköisesti ohjaajiin. (Tyttötyön kansio 2010: 36 - 37.)

Tyttötyön kansion (2010: 36) mukaan ohjaajilla tulisi olla ryhmän teemasta riippuen soveltuva koulutus tai muulla tavoin hankittu pätevyys. Ohjaajan tulee sitoutua ryhmään ja sen ohjaamiseen ryhmän koko elinkaaren ajan. Sitoutumisen lisäksi ohjaajan on myös hyväksyttävä ja tunnistettava omat rajansa ja pidettävä niistä kiinni. (Kivelä ym. 2010: 43.) Nuorten luottamuksen rakentamisen kannalta on erityisen tärkeää, että ohjaajat pysyvät koko ajan samoina. Ohjaajien sitoutumista ryhmätoimintaan edistää heidän työkyvystään, motivaatiostaan ja jaksamisestaan huolehtiminen. Ohjaaja valitsee ohjaamistyylinsä ja roolinsa ryhmässä itse, mutta hänen on pystyttävä ammatillisesti todentamaan ohjaustapansa tyttöjen tarpeiden mukaisessa viitekehyksessä. Tärkeintä on, että tyttöjen tarpeet huomioidaan ja ohjauksessa toimitaan tarpeiden edellyttämällä tavalla. (Tyttötyön kansio 2010: 43.)

10 Kehittämistehtävä

Opinnäytetyömme kehittämistehtävä on tukea tyttöjen itsetuntoa voimaantumisen ja sioikulttuurisen innostamisen keinoin käyttäen Bella -tyttöryhmämenetelmää. Kehittämistehtävän toteuttamiseksi järjestimme ryhmätoimintaa Espoon Tyttöjen Talon tiloissa 13-16 -vuotiaille yläkouluikäisille tytöille kuudella tapaamiskerralla. Ryhmätoiminnan suunnittelun pohjana käytimme kirjallista Bella -materiaalia sekä ryhmänohjaajakoulutuksesta saamaamme tietopohjaa.

Olimme suunnitelleet jokaiselle ryhmäkerralle omat tavoitteet, joiden toteutumista arvioimme kirjoittamalla ryhmätoimintapäiväkirjaa sekä havainnoimalla ryhmäkertojen kulkua.

11 Työn suunnittelu ja eettisyys

Syyskuussa 2015 vierailimme Espoon Tyttöjen Talolla ja sovimme toiminnanjohtajan kanssa alustavasta aikataulusta tyttöryhmätoiminnan toteuttamiselle. Päätimme tällöin myös lähteä toteuttamaan syksyn aikana Bella -menetelmää opinnäytetyössämme. Tapaamisen pohjalta osallistuimme molemmat lokakuussa 2015 Naistenkartano ry:n järjestämään Bella -ryhmänohjaajakoulutukseen. Ennen koulutuspäivää saimme postitse kirjallisen ryhmänohjaajan materiaalin ennakkotutustumista varten.

Koulutuspäivä piti sisällään tutustumista Bella -ryhmänohjaajan materiaaliin ja siinä oleviin menetelmäharjoituksiin. Koulutuksen tavoitteena oli inspiroida jo tyttötyötä tekeviä ja antaa konkreettisia työkaluja Bella -ryhmien käynnistämiseen ja ohjaamisen (Naistenkartano ry 2012: 4). Koulutus oli järjestetty niin, että se oli ohjaajille tarkoitettu ”Bella -päivä”, jossa erilaisiin harjoituksiin ja menetelmiin tutustuttiin kokemuksellisesti Bella -ryhmän jäsenen asemassa. Näin ohjaajat saivat omakohtaista kokemusta siitä, millaista ryhmään osallistuminen on.

Koulutuksen pohjalta aloitimme ryhmätoiminnan varsinaisen suunnittelun. Lokakuun alussa suunnittelimme ryhmällemme mainoksen, joka oli esillä Espoon Tyttöjen Talon verkkosivuilla, Facebook -sivustolla sekä paperisena ilmoituksena toimitilojen seinällä. Kävimme myös viemässä paperisia ilmoituksia Entressen ja Sellon kirjastojen sekä kolmen lähikaupan ilmoitustauluille. Lisäksi Tyttöjen Talolta lähetettiin yhteistyökumppaneille sähköpostitse tiedote syksyn ryhmätoiminnasta, jossa myös alkava Bella -ryhmämme oli mainittuna. Alkuperäisten suunnitelmien mukaan ryhmätoiminnan oli tarkoitus alkaa lokakuun lopussa, mutta jouduimme siirtämään aloitusta liian vähäisen osallistujamäärän takia kaksi viikkoa suunnitellusta aloitusajankohdasta eteenpäin.

Bella -ohjaajien jatkokoulutuspäivä järjestettiin Helsingissä marraskuun puolessa välissä, johon toinen meistä osallistui. Päivän tavoitteena oli syventyä ohjaajan rooliin ja purkaa työnohjauksellisesti Bella -ohjaajien ryhmänohjauksessa kohtaamia haasteita.

Ohjelmaan kuului keskustelua Bella -ryhmien vetämisestä sekä syventymistä tarkemmin Bella -metodiin keskusteluista nousseiden aiheiden kautta.

Arvioimme opinnäytetyöhömmme liittyviä eettisiä kysymyksiä ennakoon Tutkimuseettisen neuvottelukunnan ohjeiden mukaan. Näiden ohjeiden puitteissa kiinnitimme erityistä huomiota ryhmään osallistujien itsemääräämisoikeuden kunnioittamiseen, vahingoittamisen välttämiseen ja yksityisyyteen (Tutkimuseettinen neuvottelukunta n.d.). Keskustelimme etukäteen Tyttöjen Talon henkilökunnan kanssa käytännön asioista, kuten lupien ja suostumusten tarpeellisuudesta. Tyttöjen Talolla on käytäntönä, että toimintaan osallistuminen on vapaaehtoista, joten erillisiä kirjallisia suostumuksia ryhmään osallistumisesta ei ollut tarpeellista kerätä. Kysyimme kaikilta osallistujilta suullisesti luvan ottaa kuvia, joista heidän henkilöllisyytensä ei ole tunnistettavissa. Emme kirjanneet ylös tietoja tyttöjen henkilökohtaisista asioista, kuten heidän kertomista tarinoista tai muista ryhmässä esille tulleista seikoista. Kaikki ryhmässä puhutut ja käsitellyt asiat jäivät ryhmän sisälle.

Suunnittelimme saatekirjeen Bella -ryhmätoiminnasta ryhmään osallistuville tytöille sekä heidän huoltajilleen. Näin myös ryhmäläisten huoltajat saivat tiedon toiminnan sisällöstä ja yhteystietomme mahdollisia kysymyksiä varten. Saatekirjeessä kerroimme myös olemme sosionomiopiskelijoita ja tekevämme ryhmästä opinnäytetyötä.

Toimme esille tytöille heti ensimmäisellä toimintakerralla, että osallistuminen ryhmätoimintaan oli vapaaehtoista. Kerroimme, että jokaisella ryhmäläisellä oli oikeus osallistua ja tulla kuulluksi, mutta mitään ei ollut pakko tehdä. Kaikki saivat itse päättää, millä tavoin he osallistuisivat toimintaan ja yhdessä käytyihin keskusteluihin. Pyrimme ohjaajina mahdollistamaan osallistumisen kynnystä siten, että osallistuimme myös itse aktiivisesti toiminnallisiin harjoituksiin.

Sosiokulttuurista innostamista toteutimme opinnäytetyössämme ottamalla ryhmään osallistuvat tytöt mukaan suunnittelemaan ryhmässä käsiteltäviä aiheita ja noudatettavia sääntöjä. Ryhmässä käsiteltävät aiheet ja säännöt kirjasimme yhdessä isoille papereille, jotka ripustimme jokaisella ryhmäkerralla tilan seinälle.

Kerroimme ryhmän jäsenille, että tarkoituksena oli pitää ryhmässä käytävä keskustelu kevyellä ja yleisellä tasolla. Emme halunneet vahingoittaa osallistujien hyvinvointia kä-

sittelemällä sellaista aihetta, jonka käsitteleminen olisi mahdollisesti aiheuttanut ahdistusta. Tästä esimerkkinä viimeinen ryhmäkerta jossa aiheenamme oli rakkaus ja ihmissuhteet. Aihe oli alun perin Bella -materiaalissa esitelty nimellä ”rakkaus, seksi ja ihmissuhteet”. Tytöt kuitenkin toivoivat, että seksi -osuus jätettäisiin pois ja näin myös toimimme.

12 Toimintaympäristö

Tyttötyön kansiossa (2010: 37) sekä Säröä ja Kimallusta -ryhmänohjaajan materiaalissa (2012: 13) korostetaan molemmissa tilan merkitystä tyttöryhmien toiminnassa. Ryhmän kokoontumistilan tulisi olla kotoisa, kutsuva, turvallinen ja kiireetön. Pienillä asioilla, kuten tilan valaistuksella ja tuolien asettelulla on suuri merkitys. Toimintaympäristöä miettiessä olisi tärkeää varmistaa, että tila on rauhallinen eikä siinä ole läpikulkua, joka voisi mahdollisesti häiritä ryhmän toimintaa. Rentouttavaa tunnelmaa on mahdollista luoda esimerkiksi pöytäliinoilla, kynttilöillä ja tyynyillä. (Tyttötyön kansio 2010: 37.)

Ryhmätoiminnan alkaessa tila otetaan ikään kuin tietoisesti, fyysisesti ja emotionaalisesti haltuun. (Kivelä ym. 2010: 67.) Ryhmätila voidaan nähdä ryhmän tilapäisenä kotina, josta käsin ryhmä toimii. Tila voidaan merkitä joillakin merkeillä, kuten ryhmään liittyvillä esitteillä tai julisteilla. Ryhmän jäsenet voivat valita itselleen paikan, jossa istuvat jokaisella kerralla tai sitten istumapaikat ovat vapaassa käytössä.

Toteutuksemme toimintaympäristönä oli Ruusutorpan koulun tiloissa sijaitseva, koulun kuraattorin ja Espoon Tyttöjen Talon yhteisessä käytössä oleva tila. Tila oli kooltaan n. 20 neliön kokoinen ikkunallinen huone. Tyttöjen Taloilla tiloilla on suuri merkitys, joten myös kyseisen tilan viihtyvyyteen oli kiinnitetty huomiota. Huoneen sisustus oli suunniteltu kodinomaiseksi eli huonekalut olivat kuin mistä tahansa viihtyisästä kodista. Huoneessa oli myös kansliamaisen vaikutelman antava suuri ikkuna käytävälle, mutta se oli peitetty rullaverholla yksityisyyden suojaamiseksi.



Kuva 1. Toimintaympäristön pohjapiirros

Varsinaisena kokoontumis- ja keskustelupaikkana pidimme nurkkausta ikkunan luona, jonne sohva ja kaksi suurta nojatuolia pöytineen oli sijoitettu. Loimme jokaiselle ryhmäkerralle tilaan samanlaisen valaistuksen. Pöydällä olevassa maljakossa oli valosarja, joten saimme luotua tilaan kodikkaan tunnelman sammuttamalla kattovalon ja käyttämällä valaistuksena valosarjan lisäksi pientä lamppua piirongin päällä sekä paristokäyttöisiä led-tuikkukynttilöitä. Marraskuisen koleuden takia käytössämme olivat myös lämpimät viltit ja suuret tyynyt.



Kuva 2. Kokoontumis- ja keskustelunurkkaus

Huoneen toinen tärkeä keskipiste oli suuri pöytä, jonka ääressä tytöt askartelivat sekä työskentelivät vihkojensa parissa. Pöydän vieressä seinällä oli suuri ilmoitustaulu, johon kiinnitimme esille jokaisella toimintakerralla ryhmän säännöt ja käsiteltävät aiheet. Lähes jokaisella toimintakerralla tarvitsimme tilaa erilaisille harjoituksille, jonka vuoksi saimme Tyttöjen Talolta luvan siirtää huonekaluja ja tavaroita tarpeen mukaan palauttaen ne kuitenkin jokaisen kerran jälkeen takaisin omille paikoilleen.

Halusimme, että toimintaympäristössä on kotoisa ja lämminhenkinen tunnelma, joten mielestämme käytössä oleva yhteistila sopi erinomaisesti Bella -ryhmän käyttöön. Mukavat sohvut ja nojatuolit tyynyineen sekä tunnelmallinen valaistus toivat tilaan viihtyisyyttä, jonka uskoimme vaikuttavan positiivisesti ryhmän avoimeen ilmapiiriin sekä luottamuksen luomiseen ryhmän sisällä. Toisaalta taas suuri pöytäryhmä mahdollisti vihko-työskentelyn ja erilaisten askartelujen tekemisen, joiden avulla ryhmätoimintakertoihin saatiin luotua toimiva kokonaisuus.

13 Toimintakertojen toteutus

Toiminnallinen osuus koostui kuudesta tapaamiskerrasta osallistujien kanssa. Tapaamiset pidettiin Espoon Tyttöjen Talon tiloissa Espoon Leppävaarassa Ruusutorpan koululla, kuutena peräkkäisenä maanantaina marras-joulukuussa 2015 kello 17.00 - 19.00.

Vastasimme itse Bella -ryhmässä käytettävistä tarvikkeista ja välipalasta. Käytännössä tämä tarkoitti sitä että kävimme Tyttöjen Talon yhteyshenkilön kanssa aina läpi ennen seuraavaa ryhmää, millaista toimintaa olimme suunnitelleet ja mitä materiaaleja mahdollisesti tarvitsimme. Tyttöjen Talolla oli jo valmiiksi runsaasti erilaista askarteluun tarvittavaa materiaalia, joten varsinaiset hankinnat ryhmäämme varten olivat lähinnä ruokaan liittyviä. Toivomamme välipalatarvikkeet oli hankittu meille valmiiksi, joten meidän ei tarvinnut käydä niitä itse ostamassa.

Saavuimme jokaisena kuutena maanantaina Espoon Tyttöjen Talolle noin tuntia ennen ryhmäkertojen alkua, jotta ehdimme valmistaa välipalan ja viedä kaikki materiaalit ryhmätilaan valmiiksi. Suunnittelimme aikataulun siten, että kun tytöt saapuivat paikalle, olimme käytännössä heti valmiita aloittamaan. Jaoimme järjestelyt niin, että toinen meistä valmisti tarjottavan välipalan ja toinen järjesti sillä aikaa ryhmätilaamme oikeanlaisen valaistuksen sekä tarvittavat askarteluvälineet ja viltit.

Suunnittelimme ryhmäkerrat siten, että ryhmäkertojen rungot noudattivat samaa kaavaa. Käytimme ryhmäkertojen suunnittelun apuna Mari Lankisen Voimaneidot -materiaalia, joka antoi konkreettisia vinkkejä tyttöryhmätoiminnan toteuttamiseen. Yhteyshenkilömme ehdotuksesta päädyimme laittamaan tarjolle jokaisen kerran aluksi tytöille välipalaa, sillä tytöistä suurin osa tuli ryhmäkerroille suoraan koulun jälkeen.

Koska ryhmäkertojen pituus oli kaksi tuntia, päätimme suunnitella kerrat niin, että aluksi käsitelimme jokaisella kerralla valittua teemaa keskustelujen ja erilaisten harjoitteiden avulla. Puoleksa välissä ryhmäkertaa pidimme pienen tauon, jonka jälkeen jäljellä oleva aika käytettiin jonkinlaiseen toimintaan, kuten askarteluun tai maalaamiseen. Tämä siksi, että emme halunneet ryhmäkertojen olevan liian raskaita tytöille. Myös kokoontuminen yhteen sohvanurkkaukseen toimintakertojen aluksi ja lopuksi toistui jokaisella toimintakerralla.

13.1 Orientaatio

Ensimmäisellä toimintakerralla tavoitteena oli tyttöjen tutustuminen toisiinsa ja ryhmätoimintaan orientoituminen, joten emme valinneet sille kerralle varsinaista käsiteltävää aihepiiriä. Ryhmä kokoontui kello 17.00 - 19.00. Etukäteen ilmoittautuneesta viidestä osallistujasta paikalla oli kolme, joiden kanssa kävimme läpi Bella -ryhmätoiminnan sisältöä ja loimme ryhmälle yhteisiä sääntöjä.

Olimme varanneet etukäteen askartelutarvikkeita, kuten erilaisia kyniä, liimaa, tarroja ja koristepaperia sekä muuta askarteluun liittyvää. Tarvitsimme tarvikkeita Bella -vihkojen koristeluun.

Aluksi kysyimme kaikilta kuulumiset yksitellen sekä kaikki saivat kertoa, oliko viime viikon aikana tapahtunut jotain mukavaa. Ohjaajina osallistuimme myös itse kuulumiskierrokselle tunnelman rentouttamiseksi. Olimme varanneet tarjoiluksi välipalakeksejä, teetä ja mehua.

Ryhmän kokoontumispaikkana toimi sohva ja pari nojatuolia, joiden edessä oli pöytä välipalojen nauttimista varten. Sovimme että kokoonnumme tähän nurkkaukseen istumaan aina päivän aluksi sekä lopuksi. Tilan viileyden vuoksi olimme tuoneet Tyttöjen Talon tiloista muutamia vilttejä, joita saimme lainata koko ryhmätoiminnan toteutuksen ajan.

Myöhäisen marraskuisen iltapäivän pimeys antoi mahdollisuuden käyttää tunnelmallisia led-tuikkukynttilöitä sekä sähköisiä valosarjoja ja kahta pientä huoneessa olevaa lampua.

Kirjoitimme ensin fläppitaululle kaikki Bella -materiaalissa olevat aihepiirit, joita oli yhteensä 12. Pyysimme tyttöjä äänestämään aihepiireistä mieleisensä käsiteltäviksi seuraavalla viidellä tapaamiskerralla. Jaoimme tytöille muistilappuja, joihin he kirjasivat asteikolla 1 - 5 miten kiinnostava kyseinen aihepiiri on. Valitsimme siis kuusi aihepiiriä toteutettavaksi äänestyksen tulosten mukaisesti. Valitut aiheet sekä ryhmän säännöt kirjoitettiin fläppitaululle ja niiden tarkoitus oli olla esillä jokaisella kerralla muistin virkistykseksi.

Osallistujille annettiin jokaiselle oma vihko Bella -ryhmätyöskentelyä varten, jotka kukin sai koristella omannäköisekseen erilaisten askartelumateriaalien avulla. Vihkojen tarkoituksena oli toimia Bella -työskentelyssä erilaisten harjoitusten ja osallistujien henkilökohtaisten pohdintojen talletuspaikkana. Jokaisen ryhmäkerran lopussa osallistujat kirjoittivat tai piirsivät vihkoon päivän teemasta herääviä ajatuksia ja tunteita. Vihkoja säilytettiin luottamuksellisesti pienessä rasiassa Tyttöjen Talon ohjaajien tiloissa.

Koska tavoitteenamme on arvioida toimintaamme myös ryhmäläisten palautteen perusteella, pyysimme ryhmäläisiltä lyhyen palautteen päivän lopuksi muistilapuille. Palautteenannon tapa oli jokaisella tapaamiskerralla samanlainen: pyysimme heitä kertomaan lyhyesti mikä oli päivässä erityisen mukavaa, mitä tunteita tapaamiskerta herätti ja onko seuraaville kerroille joitakin toiveita. Päivän lopuksi kokoonnuimme vielä sohville kaikki yhdessä, kiitimme tyttöjä osallistumisesta ja kerroimme seuraavan kerran aiheen.

13.2 Elämä, kuolema ja uskomme

Toisella toimintakerralla käsiteltävänä aiheena oli Elämä, kuolema ja uskomme. Tavoitteenamme oli, että osallistujat pohtisivat elämää, kuolemaa ja erilaisia uskontoja yleisellä ja kevyellä tasolla. Osallistujat olivat aluksi samat kuin ensimmäisellä kerralla eli kolme tyttöä. Saimme kuitenkin myös yhden uuden osallistujan, joka tuli hieman myöhässä. Hän oli erään ryhmäläisen ystävä ja oli saanut tietää ryhmästäämme hänen kautta. Otimme ilolla vastaan uuden osallistujan ryhmäämme.

Olimme varanneet tälle kerralle välipalaksi banaaneja, omenoita, mehua sekä välipalakeksejä. Tunnelmallisen tilan luomiseen käytimme jälleen sähköisiä tuikkukynttilöitä, sähköisiä valosarjoja sekä huoneessa olevia kahta pienempää lamppua. Kattovalot eivät olleet käytössä. Olimme tuoneet viltit jälleen Tyttöjen Talolta lainaksi, sillä käyttämämme tila oli viileä.

Aloitimme toimintakerran kyselemällä osallistujien kuulumiset ja esittelimme päivän teeman. Kysyimme osallistujilta, mitä asioita heille tulee mieleen päivän teemasta. Tytöt kirjoittivat ajatuksiaan muistilapuille jotka kiinnitimme fläppitaululle, johon olimme myös kirjoittaneet päivän teeman. Keskustelimme osallistujien ajatuksista sekä pohdimme niitä yhdessä. Keskustelut olivat hyvin monipuolisia, sillä tytöt kertoivat avoimesti omaan uskontoonsa liittyvistä asioista esimerkiksi kuolemaan liittyen sekä erilaisista käsityksistään elämästä ja uskonnoista. Ryhmämme on monikulttuurinen ja näin ollen heistä jokainen kuuluu erilaiseen uskontoryhmään.

Seuraavaksi kävimme läpi Kuuma tuoli -arvojenselkiyttämisharjoituksen, jonka tarkoituksena on luoda keskustelua arvojen työstämiseksi alueilla, joilla ei ole itsestään selviä vastauksia. Arvojen ja asenteiden työstämisen lisäksi menetelmällä on tarkoitus kohentaa osallistujien itseluottamusta kuuntelemalla ja arvostamalla osallistujien mielipiteitä. Kuuma tuoli -harjoitus etenee siten, että ensin osallistujat istuvat piirimuodossa. Ohjaaja esittää kyseisestä aiheesta muutamia väittämiä, kuten ”kohtalo ohjaa elämäämme”. Ohjaaja sanoo kunkin väittämän kerrallaan. Se, joka on väittämästä samaa mieltä, nousee ylös, kävelee lattian poikki ja vaihtaa tuolia jonkun toisen kanssa, joka on myös samaa mieltä. Väittämästä eri mieltä olevat jäävät istumaan tuoleilleen. Jos osallistuja ei ehdi tai halua muodostaa mielipidettä asiasta, hän jää myös paikalleen istumaan. Tässä harjoituksessa ei ole oikeita tai vääriä vastauksia, kyseessä on enemmänkin omien mielipiteiden ja asenteiden tarkastelusta. Harjoituksen jälkeen kävimme jokaisen väittämän vielä erikseen läpi ja keskustelimme niistä heränneistä mielipiteistä ja oliko mielipide mahdollisesti muuttunut harjoituksen jälkeen. Meistä ohjaajista toinen toimi puhujan roolissa eli kertoi ääneen väittämät osallistujille, ja toinen osallistui harjoitukseen yhtenä osallistujana.

Arvojenselkiyttämisharjoituksen jälkeen pidimme pienen tauon, jonka jälkeen osallistujat siirtyivät pöydän ääreen musiikkimaalausta varten. Kyseinen menetelmä ei kuulunut varsinaiseen Bella -materiaaliin, mutta materiaalissa mainitaan luova työskentely yhtenä harjoitusten mahdollisuutena omien ideoiden kautta. Valitsimme musiikkimaalauksen,

koska se on lähtökohtaisesti helppo toteuttaa ja sopii hyvin kaikenikäisille ja monenlaisiin tilanteisiin.

Olimme tuoneet tilaan kannettavan tietokoneen, jonka välityksellä esitimme kuusi erityyppistä instrumentaalista musiikkinäytettä. Tytöt saivat maalamista varten A5 -kokoiset paperit sekä erilaisia vesivärejä ja siveltimiä. Tarkoituksena oli maalata jokaisesta musiikkinäytteestä heräävät ajatukset sekä omat tuntemukset. Osallistujat saivat itse päättää, tekivätkö he yhtenäisen maalauksen, jossa musiikki sulautuu kokonaiseksi kuvaksi, vai kuvataanko jokaista musiikkinäytettä erikseen omalla kuvallaan. Harjoituksen päätteeksi jokainen sai esitellä muille oman maalauksensa, jonka pohjalta keskustelimme musiikin herättämistä mielikuvista ja tunteista.

Lopuksi olimme varanneet hetken aikaa vihkotyöskentelyyn. Kirjoitimme fläppitaululle lauseen ”mitä tyttönä oleminen on?”. Tytöt kirjoittivat vihkoihinsa omia käsityksiään tyttönä olemisesta ja vihkotyöskentelyn jälkeen pyysimme tytöiltä jälleen palautetta päivän kulusta. Viimeiseksi kokoonnuimme vielä kaikki yhdessä sohville, kiitimme tyttöjä osallistumisesta ja aktiivisuudesta sekä muistutimme seuraavan kerran aiheesta ja ajankohdasta.

13.3 Pojat ja tytöt - oikeudenmukaista / epäoikeudenmukaista

Kolmannella toimintakerralla aiheena oli Pojat ja tytöt - oikeudenmukaista / epäoikeudenmukaista. Toimintakerran tavoitteena oli, että osallistujat pohtisivat tyttöjen ja poikien tasa-arvoisuutta ja siinä näkyviä mahdollisia eroavaisuuksia. Toisaalta tarkoituksena oli myös tunnistaa erilaisia tyttöihin ja poikiin liittyviä stereotypioita.

Ryhmän alkamisajankohtana paikalle oli saapunut vain yksi ryhmän tytöistä ja toinen tyttö puolestaan oli lähettänyt ennakkoon tekstiviestin olevansa sairaana. Kun muita osallistujia ei kymmenen minuutin odottelun jälkeen näkynyt, päätimme olla puhelimitse yhteydessä puuttuviin tyttöihin. Ensimmäisen puhelun jälkeen kävi ilmi, että kolmas tytöistä ei myöskään päässyt mukaan sillä kerralla. Neljäs tytöistä puolestaan tuli tällä välin paikalle, jonka jälkeen pääsimme aloittamaan kahden osallistujan voimin.

Aikaisemmista kerroista poiketen olimme varanneet alkuun ruokaisammaksi välipalaksi tarvikkeita voileipien tekoon, sillä ensimmäisellä kerralla tytöt kertoivat tulevansa ryhmä-

tapaamisiin pääosin suoraan koulusta oppituntien jälkeen. Aloitimme toimintakerran toivottamalla tytöt tervetulleiksi ja kyselemällä heidän kuulumisensa. Tämän jälkeen esitimme päivän teeman. Kysyimme teemaan liittyen “ovatko tytöt ja pojat tasa-arvoisia esimerkiksi kodissa, koulussa tai median muodostamisessa kuvissa?”.

Alkuperäisestä suunnitelmastamme poiketen kävimme Kuuma tuoli -harjoituksen läpi yhteisesti keskustellen, sillä osallistujien määrä oli tällä kerralla niin vähäinen. Tämän jälkeen vuorossa oli aivoriihi, jossa tytöt kirjoittivat muistilapuille vastaten kysymykseen “missä tytöt ovat erityisen hyviä?”. Muistilaput kerättiin yhteen seinälle, jonka jälkeen kävimme ne yhdessä läpi ja keskustelimme vastauksista.

Puolessa välissä toimintakertaa pidimme pienen tauon, jonka jälkeen osallistujat siirtyivät pöydän ääreen tekemään omaan elämäänsä liittyviä “Mistä on tytöt tehty?” -kollaaseja. Olimme varanneet kollaasin tekemistä varten saksia, liimaa ja erilaisia aikakauslehtiä, joista tytöt saivat leikata erilaisia omaan elämäänsä liittyviä kuvia ja tekstejä. Toinen tyttöistä halusi leikkaamisen ja liimaamisen sijasta piirtää kollaasinsa, sillä hän koki vaikeaksi sopivien kuvien löytämisen. Kollaasien tarkoitus oli toimia voimaannuttavana harjoituksena liittyen aikaisempiin keskusteluihin tyttöjen ja poikien tasa-arvosta, sekä erilaisista stereotyyppioista. Kollaasien tarkoitus oli osoittaa sitä, että tytöt voivat olla kukin tyttäjä omalla tavallaan huolimatta erilaisista ympäristön luomista mielikuvista.

Loppuun varasimme aikaa tyttöjen omalle vihkotyöskentelylle. Kirjoitimme lehtiötauluun muutaman lauseen alun, jotka tytöt täydensivät omiin vihkoihinsa haluamallaan tavalla. Lisäksi pyysimme osallistujia kirjoittamaan palautetta kyseisestä toimintakerrasta muistilapuille edellisten kertojen mukaisesti. Lopuksi palasimme vielä kaikki kokoon istumaan sohville, jossa kävimme seuraavan kerran aiheen lyhyesti läpi sekä kiitimme tyttöjä aktiivisesta osallistumisesta.

13.4 Ystävyys

Neljännellä toimintakerralla aiheenamme oli ystävyys. Tavoitteena oli, että nuoret pohtisivat ystävyyttä ja keskustelisivat vastavuoroisiin ystävyys-suhteisiin liittyvistä tekijöistä. Pääsimme aloittamaan ryhmätoimintamme ensimmäistä kertaa ajallaan, sillä kaikki sen kerran kolme osallistujaa olivat paikalla hyvissä ajoin ennen alkamisajankohtaa. Olimme

todenneet edellisellä kerralla runsaamman välipalatarjoilun hyväksi ratkaisuksi, jonka takia päätimme jatkaa sitä myös tällä kerralla. Leivän ja leikkeleiden lisäksi tarjottavana oli teetä sekä mehua.

Aloitimme toiminnan tuttuun tapaan kysymällä alkuun tyttöjen kuulumiset. Sen jälkeen esittelimme käsiteltävän aiheen ja kerroimme kyseisen toimintakerran kulusta. Herättelimme keskustelua kysymällä osallistujilta, millainen on hyvä ystävä. Tytöt mainitsivat erilaisia hyvän ystävän ominaisuuksia kuten luotettavuus ja rehellisyys. Keskustelimme myös siitä, onko tärkeää, että on monia ystäviä vai oliko yksi hyvä ystävä riittävästi. Keskustelun pohjalta listasimme lehtiötaululle myös erilaisia paikkoja, joista ystäviä on mahdollista löytää. Tyttöjen omien kokemusten pohjalta erilaisia paikkoja tuli esille runsaasti niin päiväkodista harrastuksiin kuin naapurustosta internetin keskustelufoorumeihin.

Keskustelun jälkeen siirsimme sohvat ja nojatuolit sivuun saadaksemme tilaa harjoituksille. Ensimmäisenä harjoituksena oli mielipidejanaharjoitus Kyllä - ei - ehkä, jossa lattiaan merkittiin teipillä kolme kohtaa kuvitteelliselle viivalle. Esitimme erilaisia väitteitä, joiden mukaan tyttöjen tuli asettua janalle vastaustensa mukaisesti. Korostimme tytöille, että väittämiin ei ole oikeaa tai väärää vastausta, vaan tärkeää on vastata sen mukaisesti, mitä mieltä itse on. Harjoituksen jälkeen kävimme väittämät yhdessä läpi ja keskustelimme niistä.

Puolessa välissä toimintakertaa pidimme pienen tauon, jonka jälkeen oli vuorossa nelinurkkaharjoitus. Tytöille kerrottiin nuorten väliseen ystävyYTEEN liittyvä kuvitteellinen tilanne, jonka pohjalta heidän tuli miettiä, miten he kyseisessä tilanteessa itse toimisivat. Nelinurkkaharjoituksessa oli neljä erilaista vastausvaihtoehtoa, jonka mukaisesti osallistujien tuli asettua seisomaan johonkin vaihtoehtojen mukaisista kuvitteellisista ruuduista vastauksensa mukaisesti. Kaikki tytöt päätyivät harjoituksessa samaan vastausvaihtoehtoon. Keskustelimme yhteisesti, miksi he kukin olivat päätyneet valitsemaan kyseisen vaihtoehdon. Lisäksi pohdimme myös muita vastausvaihtoehtoja ja sitä, miten toimiminen niiden mukaisesti olisi voinut vaikuttaa kuvitteelliseen tilanteeseen.

Harjoituksen jälkeen siirsimme huonekalut takaisin paikoilleen ja siirryimme sohvilta pöydän ääreen. Tarkoituksena oli askarrella ystävyYTEEN liittyen rannekorut, joihin kukin tytöistä valitsisi toiselle rannekoruun laitettavaksi yhden helmen. Loput helmet osallistujat saivat valita omiin koruihinsa itse. Olimme pyytäneet materiaalit rannekorujen askartelua varten etukäteen. Koruja askarrellessa huomasimme, että osa materiaaleiksi valituista

helmistä ei soveltunut kunnolla ajattelemaamme tarkoitukseen. Joissakin helmissä rei'ät olivat liian pieniä tai "tukossa", jonka takia niitä oli vaikea pujottaa nauhaan sormin. Kaikki tytöt saivat kuitenkin tehtyä rannekorut valmiiksi tuokion aikana. Opimme kuitenkin tästä kiinnittämään entistä enemmän huomiota materiaalien valintaan ennakolta.

Tuokion loppuajan varasimme vihkotyöskentelyyn. Kirjoitimme lehtiötaululle aiheeseen liittyviä lauseita, jotka tytöt täydensivät vihkoihinsa. Lisäksi kehotimme heitä kirjoittamaan omia mietteitään vihkoon päivän teemasta. Olimme varanneet mukaan myös materiaaleja vihkojen kansien koristelemista varten, sillä yhdellä tytöistä koristelu oli jäänyt aikaisemmin kesken. Vihkotyöskentelyn päätteeksi, pyysimme tytöiltä jälleen pienen palautteen muistilapuille. Toimintakerran lopuksi kokoonnuimme vielä yhteen sohville ja kävimme lyhyesti seuraavan kerran teeman läpi sekä kiitimme tyttöjä osallistumisesta tälle kerralle.

13.5 Häirintä ja loukkaukset

Viidennellä toimintakerralla käsiteltävänä teemana oli häirintä ja loukkaukset. Tavoitteena oli pohtia, mitä häirinnällä ja loukkauksilla voidaan tarkoittaa, millaisia häiritseviä tai loukkaavia tilanteita elämässä voi tulla mahdollisesti vastaan ja olivatko tytöt nähneet jossain yhteydessä tällaisia tilanteita. Pohdimme myös fooruminäytelmän avulla sitä, miten häiritsevään tai loukkaavaan käytökseen on mahdollista puuttua. Paikalla olivat tällä kerralla kaikki neljä ryhmän jäsentä, ja välipalatarjoiluksi olimme varanneet voileipiä, juustoa, leikkeitä, hedelmiä ja juotavaksi mehua ja teetä.

Aluksi kyselimme tuttuun tapaan tyttöjen kuulumiset. Tämän jälkeen esittelimme päivän aiheen ja kävimme läpi lyhyesti toimintakerran kulun. Aloitimme keskustelun pohtimalla, mitä päivän teemalla eli häirinnällä ja loukkauksilla voidaan mahdollisesti tarkoittaa. Kysyimme tytöiltä, mitä heille tulee aiheesta mieleen ja ovatko he nähneet aiheeseen liittyviä tilanteita. Tytöt mainitsivat häirinnän muotoina koulukiusaamisen sekä kaveripiirissä ja internetissä tapahtuvan nimittelyn tai häirinnän. Listasimme lehtiötaululle tyttöjen mainitsemia häirinnän ja loukkausten muotoja sekä mahdollisia tilanteiden ratkaisutapoja. Pohdimme yhdessä keskustellen, millaisia mahdollisuuksia on toimia tilanteessa, jossa tuntee itsensä uhatuksi tai loukatuksi. Kaikki osallistuivat keskusteluun monipuolisesti ja toivat ajatuksiaan eri toimintatavoista esille. Tytöt mainitsivat menettelytavoiksi esimerkiksi asiasta kertomisen jollekin luotettavalle aikuiselle. Korostimme tytöille, että kenen-

kään ei tarvitse jäädä yksin tilanteensa kanssa ja jokaisella on oikeus saada tilanteeseensa apua ja tukea. Kerroimme myös, että viranomaisilla on velvollisuus auttaa vakavissa häirintä- ja loukkaustilanteissa.

Keskustelun jälkeen siirsimme sohvan ja pöytiä sivummalle, jotta saimme tilaa Kuuma tuoli -harjoitusta varten. Asetimme tuolit piirimuotoon ja toinen meistä ohjaajista esitti muutamia päivän aiheeseen liittyviä väittämiä kuten esimerkiksi useimmat pojat kunnioittavat tyttöjä, koulussa työskentelevät aikuiset puuttuvat aina asiaan, kun tyttöjä kohdellaan epäkunnioittavasti. Toinen ohjaajista osallistui myös itse jälleen harjoitukseen. Väittämästä eri mieltä olevat jäivät istumaan tuoleilleen, ja samaa mieltä olevat vaihtoivat paikkoja keskenään. Kukaan ryhmäläisistä ei jäänyt yksin paikalleen muiden vaihtaessa paikkaa, joten paikkoja vaihdettiin jokaisen väittämän kohdalla. Harjoituksen jälkeen kävimme jokaisen väittämän erikseen läpi ja keskustelimme niistä nousseista ajatuksista.

Kuuma tuoli -harjoituksen jälkeen pidimme pienen tauon, jonka jälkeen oli fooruminäytelmän vuoro. Fooruminäytelmän tarkoituksena oli harjoitella käytännössä esimerkiksi empatiaa, rajojen asettamista tai vaikeiden tilanteiden ratkaisua. Tytöt saivat keksiä keskenään ryhmässä jonkin haastavan tai vaikean tilanteen päivän aiheeseen liittyen. He saivat keskustella ja harjoitella näytelmää rauhassa meidän ohjaajien odottaessa ulkopuolella. Lopuksi he esittivät näytelmänsä meille, jonka tapahtumapaikkana toimi koulun piha ja aiheena kiusaamistilanne. Näytelmä ohjeistettiin päättämään ilman loppuratkaisua, jotta pystyimme yhdessä pohtimaan erilaisia ratkaisuja tilanteeseen. Harjoitus onnistui mielestämme hyvin. Tytöt olivat mukana aktiivisesti sekä kokivat näytelmän suunnittelun sekä esittämisen hauskana ja erilaisena harjoituksena. Harjoituksen jälkeen siirsimme kaikki huonekalut takaisin paikoilleen.

Lopuksi olimme varanneet pienen hetken aikaa vihkotyöskentelyyn. Kirjoitimme lehtiötaululle päivän aiheeseen liittyvän pohdinnan ”Tapoja, joilla voi puuttua häirintään ja loukkauksiin”. Tytöt kirjoittivat mietteitään omiin vihkoihinsa. Pyysimme heitä myös jälleen antamaan palautetta lyhyesti toimintakerran kulusta muistilapuille. Tällä kerralla vihkotyöskentely jäi hieman lyhyemmäksi kuin aikaisemmillä kerroilla, sillä fooruminäytelmän toteutus oli ajallisesti noin tunnin mittainen. Kokoonnuimme kaikki vielä yhdessä sohville ja kävimme läpi lyhyesti seuraavan kerran teeman. Muistutimme myös että seuraava kerta olisi viimeinen, ja tiedossa olisi pienimuotoiset pikkujoulujuhlat. Kiitimme tyttöjä kullekin päivästä ja osallistumisesta.

13.6 Rakkaus ja ihmissuhteet

Kuudennella toimintakerrallamme käsiteltävänä aiheena oli rakkaus ja ihmissuhteet. Bella -materiaalissa tämä teema oli alun perin nimellä ”rakkaus, seksi ja ihmissuhteet, mutta tyttöjen toivomuksesta käsitelimme ainoastaan rakkaus ja ihmissuhteet -teemoja. Toiminnan tavoitteena oli pohtia, mitä rakkaus on, miten se vaikuttaa elämäämme ja millaisia ihmissuhteita on olemassa. Toimintakerta oli ryhmämme päätöskerta, jonka vuoksi olimme järjestäneet myös pienimuotoiset pikkujoulujuhlat. Tyttöjen Talo oli varannut ryhmäämme varten jouluisia herkkuja kuten pipareita, suklaata ja glögiä. Viimeisellä kerralla mukana oli kaikkiaan kolme ryhmän jäsentä.

Aluksi pidimme kuulumiskierroksen sekä esittelimme lyhyesti päivän aiheen ja kulun. Käynnistimme keskustelun aivoriihellä, jonka tarkoituksena oli pohtia erilaisia tapoja ilmaista kiinnostustaan toista henkilöä kohtaan. Pyysimme tyttöjä kirjoittamaan erilaisia vaihtoehtoja muistilapuille, jonka jälkeen ne kerättiin yhteen lehtiötaululle. Keskustelimme kaikista ehdotuksista vuorotellen ja pohdimme yhteisesti myös tapoja, jotka eivät olleet sopivia oman kiinnostuneisuuden ilmaisemiseen. Tytöt osallistuivat keskusteluun aktiivisesti ja toivat rohkeasti esille omia näkemyksiään.

Seuraavaksi siirsimme sohvaa ja tuoleja saadaksemme tilaa Kyllä - Ei - Ehkä -harjoitukselle, jossa laitoimme lattialle papereille kirjoitetut vastausvaihtoehdot. Toinen meistä ohjaajista luki ääneen yhden väittämän kerrallaan, (esimerkiksi ihmiset halaavat toisiaan liian vähän, rakkauteen kuuluu aina mustasukkaisuus, on mahdollista rakastaa montaa henkilöä samanaikaisesti) ja toinen ohjaaja osallistui itse toimintaan. Pyysimme osallistujia asettumaan sen lapun viereen, joka vastaa heidän omaa mielipidettään. Harjoituksen jälkeen keskustelimme vielä yhteisesti kaikista väittämistä ja pohdimme, olivatko mielipiteet ehkä muuttuneet harjoituksen aikana. Bella -ohjaajan materiaalissa harjoituksen kohdalla oli enimmäkseen seksiin ja seksuaalisuuteen liittyviä väittämiä, mutta sovelsimme menetelmää jättämällä ne kokonaan pois tyttöjen toivomuksen mukaisesti. Tytöt osallistuivat harjoitukseen aktiivisesti ja uskalsivat ilmaista mielipiteitään muiden vastauksista riippumatta. Harjoituksen pohjalta käyty yhteinen keskustelu oli aktiivista ja huumorintäyteistä, tytöt vaikuttivat rentoutuneilta ja iloisilta.

Harjoituksen jälkeen siirsimme sohvan ja pöydät takaisin paikoilleen ja siirryimme pöydän ääreen askartelua varten. Askartelimme paperisia sydämiä, joihin tarvittiin kahden väristä paperia ja sakset. Olimme varanneet erivärisiä ja kuviollisia papereita, joita tytöt

saivat yhdistellä mielensä mukaisesti. Tarkoituksena oli leikkaamalla yhdistää paperit sydämen muotoon, jolloin sydäimestä tuli kaksivärinen. Ohjaajina osallistuimme itse askarteluun jotta pystyimme havainnollistamaan paremmin sydämen tekemistä.



Kuva 3. Sydänkoristeiden askartelua



Kuva 4. Askartelun tuotokset

Askartelun jälkeen käytimme hetken vihkotyöskentelyyn. Kirjoitimme lehtiötaululle täydennettäviksi lauseet "Minulle rakkaita henkilöitä ovat..." ja "Rakkaus on...". Tytöt saivat itse täydentää lauseet loppuun mieleisellään tavalla. Kun kaikki olivat saaneet ajatuksensa vihkoihin, jäimme vielä istumaan pöydän ääreen rentoutusharjoitusta varten. Rentoutuksen tarkoituksena oli auttaa mieltä ja kehoa rentoutumaan ja vapautumaan suorittamisen tunteesta. Olimme tuoneet mukamme kannettavan tietokoneen, josta kuuntelimme valitsemamme valmiin rentoutusäänitteen. Osallistuimme itse myös rentoutukseen tyttöjen kanssa.

Rentoutusharjoituksen jälkeen pyysimme, että tytöt osallistuisivat palautteen antamiseen. Keräsimme palautetta kyseisen toimintakerran osalta muistilapuin sekä koko Bella-ryhmätoiminnan osalta laajemmalla palautelomakkeella. Päivän lopuksi jaoimme paikalla oleville tytöille tulostamamme todistukset Bella-toimintaan osallistumisesta sekä annoimme heille Tyttöjen Talon lahjoittamat pienet joululahjat. Tytöt saivat myös mukaansa muistoksi omat Bella-vihkonsa. Koska yksi tytöistä ei päässyt osallistumaan viimeiselle kerralle, sovimme, että häneen oltaisiin Tyttöjen Talolta yhteydessä, jotta hän voisi tulla hakemaan lahjan, vihon ja osallistumistodistuksensa myöhemmin. Lopuksi kiitimme tyttöjä osallistumisesta sekä sitoutumisesta Bella-ryhmätoimintaan ja toivotimme kaikille mukavaa jatkoa.

13.7 Yhteenveto toimintakerroista

Ensimmäisellä toimintakerta koostui orientaatiosta Bella -tyttöryhmätoimintaan sekä tutustumisesta toisiimme. Viidestä ilmoittautuneesta tytöstä paikalla oli kolme. Kolmesta tytöstä kaksi tunti toisensa entuudestaan, mutta tämä ei mielestämme vaikuttanut ryhmäytymiseen negatiivisesti. Kahtiajakautumista ryhmän välillä emme siis havainneet. Laadimme yhdessä säännöt tyttöjen kanssa Bella -ryhmälle, jotka kirjoitimme isolle paperille sekä kiinnitimme seinälle jokaisella ryhmäkerralla. Tytöt osallistuivat aktiivisesti sääntöjen laadintaan, sekä valitsemaan Bella -ryhmän 12 aihepiiriä. Ensimmäisellä kerralla saimme siis ryhmällemme säännöt, aiheet sekä ryhmäläiset.

Toisella ryhmäkerralla käsiteltävänä aiheena oli elämä, kuolema ja uskomme. Tämän kerran tavoitteena oli, että osallistujat pohtisivat elämää, kuolemaa ja erilaisia uskontoja yleisellä ja kevyellä tasolla. Paikalla olivat aluksi samat kolme tyttöä kuin edellisellä kerralla, saimme kuitenkin mukaan myös neljännen tytön joka tuli hieman myöhässä. Uusi ryhmäläinen tunti ennestään ryhmän kaksi muuta tyttöä, joten ryhmäytyminen tapahtui hänen osaltaan nopeasti. Päivän aiheesta käyty keskustelu oli mielestämme erittäin monipuolista, sillä tytöillä oli kulttuureistaan lähtöisin hyvin kuolemasta erilaiset käsitykset. Kaikki uskalsivat myös kertoa oman käsityksensä, ja keskustelu oli mielestämme avointa. Toteutimme myös musiikkimaalaushetken, jossa tytöt maalasivat musiikista mieleen tulevia asioita.

Kolmannen ryhmäkertamme aiheena oli pojat ja tytöt - oikeudenmukaista / epäoikeudenmukaista. Tämän kerran tavoitteena oli pohtia tyttöjen ja poikien tasa-arvoisuutta ja siinä näkyviä mahdollisia eroavaisuuksia. Tarkoituksena oli myös pohtia tyttöihin ja poikiin kohdistuvia stereotypioita. Mukana tällä kerralla oli vain kaksi osallistujaa. Tämän vuoksi toiminnalliset harjoitukset olisi ollut vaikea toteuttaa, joten päätimme käydä harjoitukset läpi yhdessä keskustellen. Keskustelu oli aktiivista ja tytöillä oli paljon mielipiteitä aiheesta. Monipuolisempaa keskustelua olisimme toki saaneet, jos paikalla olisi ollut enemmän osallistujia. Keskustelun jälkeen tytöt askartelivat kuvakollaaseja, joiden tarkoitus oli kuvata ”Mistä tytöt on tehty”.

Neljännellä toimintakerralla käsiteltävänä aiheena oli ystävyys. Tavoitteena oli pohtia ystävyyttä ja keskustella ystävyys-suhteisiin liittyvistä asioista. Paikalla oli kolme tyttöä. Keskustelimme esimerkiksi mistä ystäviä voi saada ja onko tärkeää että on monia ystäviä. Toiminnallisina harjoituksina ohjasimme nelinurkkaharjoituksen ja ”Kyllä - ei - ehkä” -harjoituksen. Tytöt osallistuivat harjoituksiin aktiivisesti sekä saimme aikaan monipuolista ja aktiivista keskustelua. Askarteluna toteutimme käsikorujen valmistamisen, johon

olimme varanneet erilaisia helmiä sekä nauhoja. Käsikorujen valmistaminen vaikutti olevan tytöistä mukavaa ja he tekivät koruja myös toisilleen.

Viidennellä toimintakerralla aiheena oli häirintä ja loukkaukset. Tavoitteena oli pohtia, mitä häirinnällä ja loukkauksilla voidaan tarkoittaa, millaisia häiritseviä tai loukkaavia tilanteita voi tulla elämässä vastaan ja ovatko tytöt mahdollisesti jossain tilanteessa havainneet häirintää tai loukkauksia. Tällä kerralla kaikki neljä ryhmäläistä olivat paikalla. Kävimme monipuolista keskustelua esimerkiksi koulukiusaamisesta ja internetissä tapahtuvasta häirinnästä. Toteutimme toiminnallisen Kuuma tuoli -harjoituksen, johon tytöt osallistuivat mielellään. Toteutimme myös noin tunnin mittaisen fooruminäytelmän, jonka tytöt saivat itse suunnitella. Aiheeksi he olivat valinneet koulukiusaamisen. Näytelmä onnistui mielestämme erityisen hyvin, sillä tytöillä ei ollut käytössään rekvisiittaa vaan kaikki piti näytellä ja kuvitella. Havaitsimme tytöillä olevan todella hauskaa ja he kertoivatkin näytelmän olevan hauska ja erilainen harjoitus käsitellä päivän teemaa.

Kuudennella ja viimeisellä toimintakerralla aiheena oli rakkaus ja ihmissuhteet. Tavoitteena oli pohtia, mitä rakkaus on, miten se vaikuttaa elämäämme ja millaisia ihmissuhteita on olemassa. Neljästä ryhmäläisestä kolme oli tällä paikalla. Koska toimintakerta oli viimeinen, pidimme myös pienimuotoiset pikkujoulut. Käynnistimme keskustelun aivoriihellä, jossa pohdimme yhteisesti mikä voisi olla paras tapa näyttää toiselle että on kiinnostunut. Toisena harjoituksena ohjasimme Kyllä - ei - ehkä -harjoituksen. Tytöt osallistuivat aktiivisesti ja mielellään toiminnallisiin harjoituksiin. Keskustelu oli hyvin monipuolista ja huumorintäyteistä ja vaikutti siltä, että tytöillä oli todella hauskaa. Tunnelma oli muutenkin rentoutunut ja iloinen johtuen luultavasti viimeisestä ryhmäkerrasta. Päivän lopuksi kaikki tytöt saivat pienet joululahjat sekä osallistumistodistukset Bella -toimintaan osallistumisesta.

14 Arviointi

14.1 Arviointimenetelmät

Opinnäytetyön kehittämistehtävänä oli tukea tyttöjen naiseksi kasvua voimaantumisen ja sosiokulttuurisen innostamisen keinoin, käyttäen Bella -tyttöryhmämenetelmää. Toiminnan arviointi perustuu omaan arviointiimme havainnointimme pohjalta, tyttöryhmän

antamaan kirjalliseen palautteeseen sekä työelämän yhteistyökumppaniltamme saamaan suulliseen palautteeseen.

Ryhmäläiset antoivat jokaisen toimintakerran jälkeen lyhyen kirjallisen palautteen muistilapuin. Palautteessa heillä oli mahdollisuus kertoa, miltä päivän harjoitukset ja keskustelut olivat tuntuneet ja oliko heillä mahdollisia kehitysideoita seuraaville ryhmäkerroille. Viimeisellä ryhmäkerralla tytöiltä kerättiin laajemmin palautetta laatimamme palautelomakkeen muodossa. Palautelomaketta laatiessa päädyimme tekemään lomakkeen alkuosaan Likert - asteikon mukaisen viisiportaisen vastausasteikon, jossa vastausvaihtoehdot olivat 1) täysin eri mieltä, 2) jokseenkin eri mieltä, 3) ei samaa eikä eri mieltä, 4) jokseenkin samaa mieltä ja 5) täysin samaa mieltä. Lisäksi lomakkeessa pyydettiin raskittamaan mielenkiintoisin käsitelty aihepiiri ja arvioimaan Bella -ryhmän hyödyllisyyttä neliportaisella asteikolla. Lomakkeen loppuun olimme myös antaneet mahdollisuuden vapaan palautteen antamiseen.

Korostimme palautteen annon ohjeistuksessa, että palautteen antaminen oli vapaaehtoista. Pyrimme tekemään palautelomakkeesta mahdollisimman selkeän ja helposti ymmärrettävän, sillä osalla tytöistä äidinkieli oli muu kuin suomi. Pohdimme lisäksi tyttöjen mahdollisia haasteita tuoda ajatuksiaan esille kirjallisessa muodossa, vielä siten, että paikalla on muita ihmisiä.

Otimme myös huomioon tyttöjen voimavarat suhteessa palautteenannon laajuuteen, sillä ei olisi ollut tarkoituksenmukaista, että tytöt olisivat joutuneet kirjaamaan kahden tunnin ryhmäkerran jälkeen usean sivun palautelomaketta ryhmätoiminnan kokonaisuudesta. Monivalintakysymykset kuitenkin mahdollistivat palautteen antamisen 10-15 minuutissa, joten uskoaksemme palautteen anto ei ollut osallistujille liikaa energiaa vievä.

Työelämän yhteistyökumppaniltamme saimme palautetta viimeisen ryhmäkertamme jälkeen. Ryhmätoiminnan aikana olimme yhteydessä yhteistyökumppaniimme sähköpostitse sekä tapasimme lähes jokaista ryhmän tapaamiskertaa ennen Tyttöjen Talolla. Meillä oli siis mahdollisuus jatkuvaan toiminnan reflektointiin sekä saimme myös lyhyesti palautetta toimintakertojen välissä. Toimintakertojen välissä saamamme palaute oli hyvin positiivista: tytöistä oli havaittavissa innostusta ja ryhmähenki vaikutti olevan erittäin hyvä. Ennen jokaista toimintakertaa lähetimme sähköpostilla yhteistyökumppanillemme päivän suunnitellun ohjelman ja kerroimme lyhyesti, kuinka edellinen toimintakerta oli sujunut. Yhteistyökumppanimme oli alusta saakka hyvin kannustavalla tavalla mukana

projektimme onnistumisessa sekä halusi kuulla jokaisen toimintakerran jälkeen miten oli sujunut, mitä jäimme pohtimaan ja mitkä olivat päällimmäiset omat tunteemme.

14.2 Ryhmätoiminnan tavoitteiden arviointi

Asetimme jokaiselle ryhmäkerralle omat tavoitteensa, joiden toteutumista arvioimme kirjoittamalla ryhmätoiminnasta päiväkirjaa ja havainnoimalla ryhmäkertoja. Opinnäytetyömme tavoitteena oli tukea 13 - 16 vuotiaiden tyttöjen itsetuntoa ja voimaantumista sosiokulttuurisen innostamisen keinoin käyttäen Bella -tyttöryhmämenetelmää. Toteutimme toiminnallisen Bella -tyttöryhmän Espoon Tyttöjen Talolla Ruusutorpan koulun tiloissa.

Tavoitteiden mittaaminen on opinnäytetyössämme haastavaa, sillä tavoitteiden arviointi perustuu omaan havainnointiimme sekä päiväkirjamerkintöihin. Käymme läpi erikseen jokaisen ryhmäkerran tavoitteet, lähtökohdat sekä tavoitteiden arvioinnin.

Ensimmäinen toimintakertamme ei sisältänyt mitään varsinaista teemaa, vaan tavoitteena oli ryhmätoimintaan orientoituminen ja tyttöjen tutustuttaminen toisiinsa. Olimme saaneet ensimmäiseen tapaamiseen mennessä viisi ilmoittautunutta tyttöä ryhmäämme ja näistä viidestä ilmoittautuneesta tytöstä kolme oli ensimmäisellä kerralla paikalla. Kerroimme aluksi tytöille mitä Bella -ryhmätoiminta tarkoittaa, mitä se pitää sisällään ja millainen päivän kulku tulisi olemaan. Kolmesta tytöstä kaksi tunti toisensa entuudestaan, mutta arviomme mukaan se ei vaikuttanut negatiivisesti tyttöjen ryhmäytymiseen.

Mielestämme tytöt olivat aktiivisesti mukana ensimmäisestä ryhmätoimintakerrasta lähtien. Bella -menetelmässä oman mielipiteen ilmaiseminen on keskeisessä osassa, ja ensimmäisellä kerralla sitä harjoiteltiin sääntöjen luomisessa ja aihepiirien valinnassa. Ensimmäisellä tapaamiskerralla osallistujat loivat yhdessä ryhmälle säännöt ja äänestivät ryhmätoiminnan aikana käsiteltävät aihepiirit.

Toisella ryhmäkerrallamme käsiteltävänä aiheena oli Elämä, kuolema ja uskomme. Tavoitteenamme oli, että osallistujat pohtisivat teemaa yleisellä ja kevyellä tasolla keskustelun ja ryhmäharjoitteiden avulla. Ryhmätoimintakerralla käyty keskustelu oli monipuolista ja aihepiiri herätti tytöissä selkeästi ajatuksia. Erityisesti uskonto -teema kirvoitti keskustelua ja tytöt innostuivat kertomaan esimerkkejä omaan uskontoon ja kulttuuriin liit-

tyen. Kyseisellä kerralla saimme myös ryhmäämme uuden, neljännen jäsenen. Kun ryhmään tulee uusi jäsen, on sillä aina vaikutusta ryhmän dynamiikkaan. Uusi ryhmämme jäsen oli osalle tytöistä entuudestaan tuttu, joten hänet otettiin hyvin vastaan muun ryhmän osalta.

Kolmannella toimintakerralla käsiteltävänä teemana oli Pojat ja tytöt - oikeudenmukaista / epäoikeudenmukaista. Tavoitteena oli pohtia tyttöjen ja poikien tasa-arvoisuutta ja siinä näkyviä mahdollisia eroavaisuuksia. Lisäksi tavoitteena oli pyrkiä tunnistamaan erilaisia tyttöihin ja poikiin yhdistettyjä stereotypioita. Kyseisellä kerralla osallistujia oli paikalla vain kaksi, joka vaikutti harjoitusten toteuttamiseen. Vähäisen osallistujamäärän takia kävimme toiminnallisen Kuuma tuoli -harjoituksen läpi keskustellen, jonka vuoksi ohjaajan rooli oli tällä kerralla suurempi. Keskustelut eivät olleet tällä kertaa yhtä monipuolisia kuin aikaisemmilla kerroilla, mutta tytöt nostivat esille tärkeitä perusasioita teemaan liittyen.

Neljännellä kerralla käsitelimme Ystävyys -teemaa. Tavoitteena oli, että tytöt pohtisivat ystävyyttä ja keskustelisivat vastavuoroisiin ystävyyssuhteisiin liittyvistä tekijöistä. Havaitimme, että ystävyys oli tytöille helposti lähestyttävä teema ja heidän oli luontevaa tuoda esille tärkeitä ystävyyssuhteisiin liittyviä seikkoja. Kaikilla osallistujilla ystävyyden teema oli tuttu omasta elämästä ja tämän vuoksi esimerkiksi hyvään ystävään liittyviä ominaisuuksia oli vaivatonta listata.

Viidennellä tapaamiskerralla käsittelemämme aihe oli häirintä ja loukkaukset. Tavoitteena oli yhteisesti pohtia, mitä häirinnällä ja loukkauksilla voidaan tarkoittaa sekä millaisia häiritseviä ja loukkaavia tilanteita voi tulla elämässä vastaan. Kysyimme myös tytöiltä, olivatko he mahdollisesti nähneet ulkopuolisena häirintää tai loukkaavia tilanteita. Pohdimme myös fooruminäytelmän avulla häiritsevään tai loukkaavaan käytökseen puuttumista. Toimintakerran tarkoituksena ei ollut tyttöjen henkilökohtaisten häirintä- ja loukkauskokemusten reflektointi, vaan keskustelu pidettiin yleisellä tasolla. Häirintä ja loukkaukset -teema oli havaintojemme mukaan tytöille tuttu aihe ja heidän oli vaivatonta tuoda keskusteluissa esille omia näkemyksiään aiheesta. Erityisesti sovellettu versio fooruminäytelmästä osoitti tyttöjen luovaa tarttumista käsiteltävään teemaan.

Viimeisellä eli kuudennella toimintakerralla aiheena oli rakkaus ja ihmissuhteet. Tavoitteena oli keskustelun kautta pohtia mitä rakkaus on, miten se vaikuttaa elämäämme ja

millaisia ihmissuhteita on olemassa. Toimintakerralla vietimme viimeisen kerran kunniaksi myös pienimuotoisia pikkujoulujuhlia. Käydyissä keskusteluissa teemaa pohdittiin monipuolisesti ja mukana oli runsaasti huumoria esimerkiksi käsiteltäessä erilaisia tapoja osoittaa kiinnostusta toiseen henkilöön.

Kaikkeudessaan koimme ryhmäkerrat tavoitteiden toteutumisen osalta onnistuneiksi. Sosiokulttuurisen innostamisen näkökulmasta meillä ohjaajina oli tärkeä rooli, sillä vastuullamme oli innostamiseen liittyvän pohjatyon tekeminen, toiminnan organisointi ja osallistujien kiinnostuksen herättäminen, herkistäminen sekä motivointi. Omilla persoonillamme olimme osana vaikuttamassa ryhmän jäsenten välisen kommunikaation syntymiseen. Olimme positiivisesti yllättyneitä siitä, kuinka keskustelevia ja osallistuvia kaikki tytöt olivat koko ryhmätoiminnan ajan. Itsetunnon vahvistamiseen ryhmä loi näkemyksemme mukaan hyvät puitteet, mutta varsinainen vahvistumisen laajempi prosessi olisi todennäköisesti vaatinut vielä pidempään kestäväää työskentelyä. Ryhmän jäsenten voimaantumista on vaikeaa havaintojen perusteella arvioida, mutta mielestämme esimerkiksi ilmapiirin osalta olosuhteet olivat sille suotuisat.

14.3 Saatu palaute osana arviointia

Keräsimme osallistujilta vapaamuotoista palautetta jokaisen ryhmäkerran jälkeen nimettömästi muistilapuin toteutettuna. Viimeisellä toimintakerralla jaoimme osallistujille tekemämme kirjallisen palautelomakkeen koskien Bella -ryhmätoimintaa kokonaisuudessaan.

Osallistujilta muistilapuin saadut palautteet olivat melko samantyyppisiä jokaisen kerran jälkeen. Palautteissa korostui se, että toimintaa pidettiin mukavana ja kivana. Palautteiden mukaan keskustelu koettiin tärkeäksi ja positiiviseksi asiaksi. Keskustelut koettiin myös mielenkiintoisiksi. Toisen ryhmäkerran jälkeen saimme yhdeltä tytöltä palautetta, että kyseinen kerta oli ollut mukavampi kuin ensimmäinen ryhmäkerta. Uskomme tämän johtuvan siitä, että ensimmäinen kerta oli orientaatio, jossa emme varsinaisesti käsitelleet mitään aihetta. Asiaan saattoi vaikuttaa myös se, että roolimme ohjaajina ei ollut vielä vakiintunut. Eräässä palautteessa toivottiin askartelua, jonka toteutimme myöhemmällä toimintakerralla. Varsinaisia parannusehdotuksia emme palautteissa saaneet ollenkaan.

Viimeisellä toimintakerralla keräsimme palautetta laajemmalla puolistrukturoidulla kyselylomakkeella koko Bella -ryhmätoiminnan osalta. Palautetta kyselylomakkeella saatiin kaikilta kolmelta paikalla olevalta tytöltä. Monivalintakysymysosion vastauksista kävi ilmi, että kaikki vastaajat kokivat ryhmän yhteishengen hyväksi, ryhmän turvallisesti paikaksi olla ja ryhmänohjaajat luotettaviksi. Kaikki kokivat ryhmässä puhumisen sekä omana itsenään olemisen vähintään jokseenkin helppona. Ryhmäharjoitteiden mielekkyydestä ja käsiteltyjen aihepiirien kiinnostavuudesta ja tärkeydestä saadut arviot olivat hieman vaihtelevia. Yksi tytöistä piti ryhmäharjoitteista ilmeisesti erittäin paljon, sillä hän oli lisännyt lomakkeen asteikkoon ylimääräisen vastausvaihtoehdon ”täysin samaa mieltä” vaihtoehdon viereen, kuvaten näin ryhmäharjoitteiden olevan erittäin mukavia. Toisaalta toinen vastaajista ei osannut sanoa mielipidettään ryhmäharjoitteista ja käsiteltyjen aihepiirien kiinnostavuudesta ja tärkeydestä.

Mielenkiintoisimmiksi käsitellyiksi aiheiksi nousivat vastauksissa ”Elämä, kuolema ja uskomme”, ”Ystävyys”, ”Rakkaus ja ihmissuhteet”. Kaikki vastaajat kokivat Bella -ryhmän jonkin verran hyödylliseksi. Avointen kysymysten vastauksissa tuotiin hyödyllisenä asiana esille asioista puhuminen ja uusien asioiden oppiminen. Ryhmäkerroilla hyviksi asioiksi nimettiin niin ikään uusien asioiden oppiminen sekä tarjoiltu välipala. Kaikkeudessaan osallistujilta saatu palaute oli positiivista ja havaintojemme mukaan tytöt viihtyivät ryhmässä ja kokivat sen turvallisesti.

Mielenkiintoisimmiksi käsitellyiksi aiheiksi nousivat vastauksissa ”Elämä, kuolema ja uskomme”, ”Ystävyys”, ”Rakkaus ja ihmissuhteet”. Kaikki vastaajat kokivat Bella -ryhmän jonkin verran hyödylliseksi. Avointen kysymysten vastauksissa tuotiin hyödyllisenä asiana esille asioista puhuminen ja uusien asioiden oppiminen. Ryhmäkerroilla hyviksi asioiksi nimettiin niin ikään uusien asioiden oppiminen sekä tarjoiltu välipala. Kaikkeudessaan osallistujilta saatu palaute oli positiivista ja havaintojemme mukaan tytöt viihtyivät ryhmässä ja kokivat sen turvallisesti.

Tyttöjen avoimia kommentteja palautelomakkeissa:

”Oli tosi kivaa ja mukavaa puhua random asioista.”

”Oli kivaa jutella ja tehdä kaikkea.”

”Bella kerho on ihana”

Viimeisen toimintakerran jälkeen kävimme läpi Espoon Tyttöjen Talon yhteyshenkilön kanssa kokemuksiamme Bella -ryhmätoiminnan onnistumisesta. Henkilökunnan jäsenet eivät olleet mukana ryhmätoimintakerroillamme, mutta näkivät osallistujia ryhmäkertoja ennen ja niiden jälkeen tyttöjen jättäessä ulkovaatteet yläkerran tiloihin. Yhteyshenkilömme mukaan esimerkiksi ryhmätoimintakertojen päätyttyä tyttöjen vilkkaasta puheensorinasta oli havaittavissa, että tunnelma kertojen jälkeen vaikutti olevan positiivinen ja rentoutunut. Koimme myös itse, että ryhmän ilmapiiri vaikutti siihen, että tyttöjen oli helppo olla mukana osana ryhmää.

15 Pohdinta

Opinnäytetyömme tarkoituksena oli tukea 13 - 16 vuotiaiden tyttöjen itsetuntoa, naiseksi kasvua ja voimaantumista sosiokulttuurisen innostamisen keinoin käyttäen Bella -tyttöryhmämenetelmää. Toiminta järjestettiin Espoon Tyttöjen Talolla pitäen sisällään kuusi ryhmätoimintakertaa, jotka toteutettiin syksyllä 2015 kuutena peräkkäisenä maanantaina. Ryhmäämme osallistui neljä tyttöä eri kulttuuritaustoista, joten otimme toiminnassamme huomioon myös monikulttuurisuuden.

Suurimmaksi haasteeksi opinnäytetyöprosessissamme muodostui osallistujien löytäminen ryhmätoimintaan, jonka takia jouduimme siirtämään ryhmän aloittamista kahdella viikolla eteenpäin suunnitellusta aikataulusta. Emme saaneet ryhmään riittävää määrää osallistujia eli vähintään kolmea henkilöä, vaikka Tyttöjen Talon henkilökunta oli kertonut alkavasta ryhmästä etukäteen muun muassa avoimeen toimintaan osallistuville tytöille. Olimme itse suunnitelleet ryhmätoimintaan liittyvän ilmoituksen, joka oli esillä heidän omilla verkko- ja Facebook -sivustoillaan Espoon Tyttöjen Talon fyysisten tilojen lisäksi. Myös yhteistyökumppaneille, kuten nuorisotaloille ja kuraattoreille lähetetyssä toimintatiedotteessa oli kuvaus alkavasta ryhmästä. Lisäksi kävimme viemässä mainoksia alkavasta ryhmästä lähialueen kirjastojen ja kauppojen ilmoitustauluille.

Todennäköisesti ryhmän markkinointi olisi kannattanut aloittaa vielä huomattavasti aikaisemmin ja laajemmalle alueelle. Olisimme voineet henkilökohtaisesti viedä ilmoituksia esimerkiksi Espoon alueen nuorisotiloille. Alun perin olimme ajatelleet, että saisimme ryhmään mukaan tyttöjä avoimesta toiminnasta, sillä toinen meistä oli tullut useille tytöille

tutuksi toimiessaan edellisenä keväänä vapaaehtoisena Espoon Tyttöjen Talolla. Syksyllä toiminnan alkaessa kävi kuitenkin ilmi, että useat keväällä avoimessa toiminnassa mukana olleet tytöt eivät osallistuneet siihen enää syksyllä. Lisäksi avoimessa toiminnassa oli havaittavissa kävijöiden vähäisempi määrä ja tyttöjen keskimääräisesti nuorempi ikä keväiseen kävijäkuntaan verrattuna.

Ryhmätoiminnan alussa pohdimme, kuinka saamme tytöt sitoutumaan ryhmätoimintaan, sillä osallistujia oli ensimmäisellä kerralla vain kolme ja koko toiminnan aikana neljä. Mietimme myös, kuinka sovellamme käytännössä toiminnallisia harjoitteita sairastapauksissa tai tilanteissa, joissa joku tytöistä jää kokonaan pois toiminnasta. Ryhmänohjaajan materiaalissa tyttöryhmän ihanteelliseksi kooksi suositellaankin noin kahtatoista tyttöä, jolloin muutaman tytön poissaolosta ei ole haittaa tyttöryhmätoiminnan kannalta.

Ryhmän kokoamisongelmat tulivat yleisesti ilmi myös Bella -jatkokoulutuksessa, jossa myös muut ohjaajat kertoivat vastaavanlaisista haasteista ryhmän kokoamisessa. Pohdimme yhteisesti muiden ohjaajien kanssa, että nykypäivän hektisessä kulttuurissa nuorten voi olla vaikeaa sitoutua pidemmän aikavälin toimintaan. Lisäksi toisenlaisissa ympäristöissä kuten esimerkiksi kouluissa tyttöjen osallistumista voi estää leimautumisen pelko, sillä ryhmää voidaan ehdottaa tytöille esimerkiksi kuraattorin toimesta heränneen huolen takia. Tyttöjen Talolla tapahtuvassa toiminnassa emme kuitenkaan nähneet leimautumisen pelkoa suurimpana syynä osallistujien puutteeseen, sillä ryhmää markkinoitiin kaikille ikäryhmään kuuluville tytöille Bella -mallin mukaisesti.

Ohjaajan opas oli käytössämme aktiivisesti suunnitellessamme ryhmän toimintaa ja opasta oli kokonaisuuden hahmottamisen kannalta paljon hyötyä. Opas antoi hyvin tilaa myös soveltaa menetelmää erilaisia ryhmiä varten, sillä esimerkiksi mielipiteitä käsittelevissä harjoituksissa väittämiä oli lueteltu monipuolisesti ja niitä saattoi myös keksiä itse lisää. Sovelsimme Bella -toimintaa ryhmäämme siten, että valitsimme harjoitteista mielestämme sopivimmat kullekin ryhmäkerralle. Lisäksi tytöt saivat itse olla mukana päättämässä toiminnassa käsiteltävistä teemoista ja heidän oli mahdollista esittää toiveitaan liittyen ryhmäkertojen sisältöön.

Ryhmätoimintaamme osallistuvat tytöt edustivat kaikki eri kulttuureja, joten oli luonnollista, että pohdimme opinnäytetyömme toteutuksen aikana monikulttuurisuuteen liittyviä kysymyksiä. Ryhmätoiminnan suunnittelussa otimme huomioon monikulttuurisuuden,

mutta emme nähneet syytä korostaa osallistujien erilaisuutta keskenään liiaksi. Monikulttuurisuuden huomioiminen näkyi toiminnassamme siten, että pohdimme toimintaa ja keskusteluja suunniteltaessa ohjeistusten ja toimintojen ymmärrettävyyttä. Suullisen ohjauksen ja artikuloinnin tuli olla selkeää, sillä osalla ryhmäläisistä äidinkieli oli muu kuin suomi. Osallistuimme myös itse aktiivisesti harjoituksiin, jotta pystyimme havainnollistamaan toimintaa paremmin.

Naistenkartano ry:n järjestämä kaksiosainen ryhmänohjaajakoulutus antoi riittävät valmiudet ryhmänohjaajana toimimiseen. Koulutus antoi hyvät edellytykset toiminnallisten menetelmien käyttöön, sillä niitä harjoiteltiin käytännössä koulutuksen aikana. Pelkästään ohjaajan materiaalin avulla harjoitteiden käyttö olisi ollut huomattavasti haastavampaa, sillä omassa ohjaamisessaan ei olisi välttämättä osannut kiinnittää huomiota harjoitteiden onnistumisen kannalta olennaisiin asioihin. Toinen koulutuspäivä puolestaan mahdollisti ohjaustoiminnan kokemusten reflektoinnin työnohjauksellisesti sekä antoi vinkkejä omaan ohjaukseen ja Bella -ryhmätoiminnan toteutukseen.

Opinnäytetyömme yhtenä viitekehyksenä oli nuoren itsetunto ja sen vahvistaminen. Arvomme mukaan Bella -ryhmätoiminta loi itsetunnon vahvistamiseen hyvät puitteet, mutta varsinainen vahvistumisen laajempi prosessi olisi mielestämme vaatinut pidempään kestävästä ryhmätyöskentelystä. Ryhmän jäsenten voimaantumista oli havaintojen perusteella vaikea arvioida, mutta ilmapiirin osalta olosuhteet olivat voimaantumiseen suotuisat.

Bella -menetelmä sopi mielestämme hyvin innostavan ja voimaannuttavan tyttötyön pohjaksi. Käsiteltävät aihepiirit olivat ajankohtaisia ja tyttöjen elämää koskettavia. Ohjaajan materiaali mahdollisti menetelmän soveltamisen erilaisten ryhmien tarpeisiin ja antoi ohjaajalle vapautta suunnitella toimintaa omista ammatillisista lähtökohdistaan. Mielestämme Bella -menetelmän materiaali kaipaasi kuitenkin sisältöönsä päivitystä tyttöiden moninaisuuden osalta, sillä osa harjoitteista antoi melko yksipuolisen kuvan tyttöä olemisesta.

Lähteet

Aho, Sirkku 1996. Lapsen minäkäsitys ja itsetunto. Helsinki:Oy Edita Ab.

Espoon Tyttöjen Talo n.d. Toiminta. Verkkodokumentti. <<http://www.espoontyttojen-talo.fi/toiminta>>. Luettu 8.4.2016.

Byréus, Katrin 2001. KSAN. Bella Säröä ja Kimallusta - tyttöryhmätyö. Amesto Translations (suom.). Växjö: KST Infoservice.

Cacciatore, Raisa - Korteniemi-Poikela, Erja - Huovinen, Maarit 2008. Miten tuen lapsen ja nuoren itsetuntoa. WS Bookwell Oy: Juva.

Cantell, Matti (toim.) 2000. Monikulttuurisen nuorisotyön käsikirja. LK - Kirjat / Lasten Keskus, Gummerus Oy: Jyväskylä.

Eischer, Heli - Tuppurainen Jonna 2011. Tyttöjen Talo on kuin avoin koti. Settlementti-nuorten liitto ry. Settlementtijulkaisuja 22. Helsinki: Painokurki Oy.

Fagerlund, Monica - Peltola, Marja - Kääriäinen, Juha - Ellonen, Noora - Sariola, Heikki 2013. Lasten ja nuorten väkivaltakokemukset 2013. Lapsiuhritutkimuksen tuloksia. Poliisiammattikorkeakoulun raporteja: Verkkodokumentti. <https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/86726/Raportteja_110_lapsiuhritutkimus_web.pdf> Luettu 4.4.2016

Helsingin Tyttöjen Talo n.d.a Kulttuurisensitiivisyys. Verkkodokumentti. <<http://www.tyttojentalo.fi/kulttuurisensitiivisyys>>. Luettu 3.4.2016.

Helsingin Tyttöjen Talo n.d.b Sukupuolisensitiivisyys. Verkkodokumentti. <<http://www.tyttojentalo.fi/sukupuolisensitiivisyys>>. Luettu 3.4.2016.

Herranen, Jatta - Lundbom, Pia 2011. Sosiaalisen vahvistamisen ajankohtaisuus. Teoksessa Herranen, Jatta - Lundbom, Pia (toim.) 2011. Sosiaalinen vahvistaminen kokemuksina ja käytänteinä. Verkkodokumentti. <<http://www.theseus.fi/handle/10024/38289>>Luettu 29.3.2016

Honkasalo, Veronika 2011. Tyttöjen kesken. Monikulttuurisuus ja sukupuolten tasa-arvo nuorisotyössä. Nuorisotutkimusverkosto. Nuorisotutkimusseuran julkaisuja 109. Helsinki: Unigrafia.

Keltikangas-Järvinen, Liisa 2000. Hyvä itsetunto. 10. painos, Juva: WS Bookwell Oy.

Kemppinen, Pertti 2000. Nuoriso 2000 Nuorisotyön käsikirja. 1. Painos. Hakapaino Oy: Helsinki.

Kivelä, Valtteri - Lempinen, Juha 2010. Arki hallintaan Nuorten ryhmätoiminnan ohjaaminen. 2.painos. Turenki: KOTA lasten ja nuorten hyvinvointi ry.

Kurki, Leena 2000. Sosiokulttuurinen innostaminen. Muutoksen pedagogiikka. Tampere: Vastapaino.

Kurki, Leena 2010. Nuorisokasvatus sosiokulttuurisen innostamisen kehyksessä. Teoksessa: Nivala, Elina - Saastamoinen, Mikko (toim.) Nuorisokasvatuksen teoria - perusteita ja puheenvuoroja. Nuorisotutkimusseura. 2. painos. Helsinki: Yliopistopaino.

Kuronen, Marjo 2004. Valtaistumista vai voimavaraistumista. Feministisiä näkökulmia empowermentiin sosiaalityön käsitteenä ja käytäntönä. Teoksessa: Kuronen, Marjo - Granfelt, Riitta - Nyqvist Leo - Petrelius, Päivi (toim.) Sukupuoli ja sosiaalityö. Sosiaalityön tutkimuksen 3. vuosikirja. PS-kustannus. Juva: WS Bookwell Oy.

Lankinen, Mari 2011. Voimaneidot. Opas tyttöjen oman voiman halutuunoton ja aggression tukemiseen. Kalliolan Nuoret ry ja Settlementtinuorten liitto ry. Verkkodokumentti. <<http://settlementti-fi-bin.directo.fi/@Bin/7fe3d311028eb7684e604313163db8f7/1460206773/application/pdf/1018809/Voimaneidot,%20opas%20tyttöjen%20oman%20voiman%20haltuunoton%20ja%20aggression%20hallinnan%20tukemiseen.pdf>>. Luettu 15.9.2015.

Lähteenmaa, Jaana 2002. Tyttöjä pelastamassa. Teoksessa Aaltonen, Sanna - Honkatukia, Päivi (toim.) 2002. Tulkintoja tytöistä. Nuorisotutkimusverkosto. Nuorisotutkimusseuran julkaisuja 27. Tampere: Vastapaino.

Mannerheimin Lastensuojeluliitto 2012. Kuulun! Välineitä ryhmän toiminnan tukemiseen. Verkkodokumentti. <http://mll-fi-bin.directo.fi/@Bin/c988f1460b65384f15347eb9adbb832c/1447505833/application/pdf/15493454/MLL%20Kuulun_www.pdf>. Luettu 10.5.2015.

Naistenkartano ry 2012. Bella Suomi. Projektin kouluttaa Bella -ryhmänohjaajia 2013-2015. Esite.

Naistenkartano ry 2015. Bella Suomi. Verkkodokumentti. <<http://www.naistenkartano.com/projektit/bella-suomi/>> . Luettu 5.11.2015.

Nuorisolaki 72/2006, 2 §. Verkkodokumentti. Saatavissa: <<http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2006/20060072>>.

Näre, Sari 2008. Sukupuoli- ja kulttuurisensitiivinen tyttötyö. Teoksessa Hoikkala, Tommi – Sell, Anna (toim.) 2008. Nuorisotyötä on tehtävä. Menetelmien perustat, rajat ja mahdollisuudet. Nuorisotutkimusverkosto. Nuorisotutkimusseuran julkaisuja 76. 2. muuttumaton painos. Helsinki: Hakapaino Oy.

Ojanen, Karoliina - Mulari, Heta - Aaltonen Sanna (toim). Entäs tytöt. Johdatus tyttötyötyökimukseen. Jyväskylä: Vastapaino

Punnonen, Varpu 2008. Sukupuolisensitiivinen sosiaalinen nuorisotyö. Teoksessa Hoikkala, Tommi – Sell, Anna (toim.) 2008. Nuorisotyötä on tehtävä. Menetelmien perustat, rajat ja mahdollisuudet. Nuorisotutkimusverkosto. Nuorisotutkimusseuran julkaisuja 76. 2. muuttumaton painos. Helsinki: Hakapaino Oy.

Räsänen, Juhani 2006. Voimaantumisen mahdollistaminen ja ratkaisut. Yhteiskunnan, yhteisön ja yksilön valtaistaminen. Suomen Työvalmennusakatemia julkaisu. Järvenpää: Julkiviestintä Oy.

Räsänen, Juhani 2014. Voimaantuminen ja elämänpolitiikka. Voimaantumisen resurssi-teoria, uskaltava vastuullisuus, valinta, optimointi ja kompensointi. Printon: Julkiviestintä Oy.

Siitonen, Juha 1999. Voimaantumisteorian perusteiden hahmottelua. Oulun yliopisto. Verkkodokumentti. <<http://jultika.oulu.fi/files/isbn951425340X.pdf>>. Luettu 8.4.2016.

Suomen Setlementtiliitto n.d.a Espoon Tyttöjen Talo. Verkkodokumentti. <<https://setlementti-fi.directo.fi/sukupuolisensitiivisyys/toimintamuodot/tyttojen-talot/espoon-tyttojen-talo/>>. Luettu 2.5.2015.

Suomen Setlementtiliitto n.d.b Sukupuolisensitiivisyys. Verkkodokumentti. <<http://www.setlementti.fi/sukupuolisensitiivisyys/sukupuolisensitiivisyys2/>>. Luettu 4.4.2016.

Suomen Setlementtiliitto n.d.c Tyttöjen Talo®-konsepti. Verkkodokumentti. <<https://setlementti-fi.directo.fi/sukupuolisensitiivisyys/toimintamuodot/tyttojen-talot/tyttojen-talo-konsepti/>>. Luettu 10.5.2015.

Suomen Setlementtiliitto n.d.d Tyttöjen Talot. Verkkodokumentti. <<https://setlementti-fi.directo.fi/sukupuolisensitiivisyys/toimintamuodot/tyttojen-talot/>>. Luettu 2.5.2015.

Tyttötyön kansio 2012. Suomen Setlementtiliitto. Verkkodokumentti. <<http://www.likka.fi/wp-content/uploads/2014/10/tyttotyönkansio.pdf>>. Luettu 22.2.2016.

Tuomi-Mark, Hillamaria 2015. Terveyttä ja iloa tyttöjen arkeen. Kotitalous-, kuluttaja- ja ravitsemusalan ammattilehti Kotitalous. Verkkodokumentti. <<http://www.kotitalous-lehti.fi/artikkelit/terveytta-ja-iloa-tyttojen-arkeen-osallisuudesta/>>. Luettu 31.3.2016

Tutkimuseettinen neuvottelukunta n.d. Eettinen ennakkoarviointi ihmistieteissä. Verkkodokumentti. <<http://www.tenk.fi/fi/eettinen-ennakkoarviointi-ihmistieteiss%C3%A4>> Luettu 19.3.2016.

Vilka, Hanna - Airaksinen, Tiina 2003. Toiminnallinen opinnäytetyö. Helsinki: Tammi.

Ilmoitus ryhmästä

Tervetuloa mukaan Bella-ryhmään!

Ryhmässä pohditaan omaa elämää ja tyttöinä olemista erilaisten arkipäiväisten aiheiden kuten ystävyysten, itseluottamuksen ja ihmissuhteiden kautta. Tiedossa toiminnallista yhdessäoloa ja kivaa tekemistä!

Bella-ryhmä on suunnattu yläkouluikäisille,
13-16-vuotiaille tytöille.

Ryhmä kokoontuu maanantaisin klo 17.00-19.00 Espoon
Tytöjen Talolla Leppävaarassa.

Kokoontumiskerrat ovat:

16.11.

23.11.

30.11.

7.12. ja

14.12.

Ohjaajina sosionomiopiskelijat Sini ja Anni

Ennakkoilmoittautumiset ja lisätiedot:

Maikku Wikberg 050 4422173

espoontyttojentalo@espoontyttojentalo.fi

Espoon Tyttöjen Talo

Leppävaarankatu 24 D 2, 3 krs.

www.espoontyttojentalo.fi



Tiedote

Tiedote Bella -ryhmästä

Hei!

Järjestämme Espoon Tyttöjen Talolla opinnäytetyöhömmе liittyvän toiminnallisen Bella -ryhmän, jonka tarkoituksena vahvistaa tyttöjen itsetuntoa ja naiseksi kasvua.

Jokaisella tapaamiskerralla käsittelemme tyttönä olemista erilaisten teemojen pohjalta keskustelujen ja toiminnallisten harjoitusten kautta. Toiminta ryhmässä on luottamuksellista.

Opinnäytetyössämme tutkimme Bella -ryhmätoimintamenetelmän käytettävyyttä tyttöryhmätyössä. Osallistujista ei kerätä mitään kirjallista dokumentaatiota, vaan keräämme ainoastaan nimetöntä suullista ja kirjallista palautetta omiin muistiinpanoihimme hyödyntääksemme niitä opinnäytetyön kirjallisessa osiossa.

Ystävällisin terveisin

Metropolia Ammattikorkeakoulun sosionomiopiskelijat

Sini Pursiainen ja Anni Laukkonen

Annamme mielellämme lisätietoja ryhmästä sähköpostitse:

sini.pursiainen@metropolia.fi ja anni.laukkonen@metropolia.fi

Palautelomake

Palautekysely Bella -ryhmästä

Arvioi seuraavia väitteitä asteikolla 1-5, jossa 1 = täysin eri mieltä ja 5 = täysin samaa mieltä.
Ympyröi parhaiten sopiva vaihtoehto.

	Täysin eri mieltä	Jokseenkin eri mieltä	Ei samaa eikä eri mieltä	Jokseenkin samaa mieltä	Täysin samaa mieltä
Minun oli helppo puhua ryhmässä	1	2	3	4	5
Ryhmässä oli hyvä yhteishenki	1	2	3	4	5
Ryhmässä oli helppo olla oma itsensä	1	2	3	4	5
Ryhmässä oli turvallista olla	1	2	3	4	5
Minun oli helppo luottaa ryhmän ohjaajiin	1	2	3	4	5
Pidin ryhmäharjoitteista	1	2	3	4	5
Käsitellyt aihepiirit olivat kiinnostavia ja tärkeitä	1	2	3	4	5

Mielenkiintoisin käsitellyistä aihepiireistä oli (rastita sopivin vaihtoehto)

- ☐ Elämä, kuolema ja uskomme
☐ Pojat ja tytöt - oikeudenmukaista / epäoikeudenmukaista
☐ Ystävyys
☐ Häirintä ja loukkaukset
☐ Rakkaus ja ihmissuhteet

Koin, että Bella-ryhmästä oli hyötyä

- ☐ paljon ☐ jonkin verran ☐ vähän ☐ ei lainkaan

Miksi oli hyötyä / miksi ei?

Mikä oli ryhmäkerroilla hyvää / huonoa?

Muuta palautetta

Kiitos palautteestasi ja osallistumisestasi Bella -ryhmään!